

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2385.14 kcal</b>, B: <b>73.6 g</b>, T: <b>97.35 g</b>, W: <b>324.88 g</b>, Błonnik [g]: <b>36.7</b>, Cukier [g]: <b>79.46</b>, Sód [mg]: <b>3067.77</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>43.85</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Parówki drobiowe</b> (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta</b> ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Brzoskwinia 100g</b></p>	<p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Śmietana węgalska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 150g (07)</b> (Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> (Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> (Woda, Kisiel wiśniowy)</p>	<p><b>Chleb pszenny</b> ( mąka pszenna<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</b></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2420.96 kcal</b>, B: <b>76.16 g</b>, T: <b>91.7 g</b>, W: <b>341.24 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.51</b>, Cukier [g]: <b>90.21</b>, Sód [mg]: <b>2055.32</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>42.87</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) <b>100g</b></p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Salata 30g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b></p> <p><b>Chleb pszenny</b> ( mąka <b>pszenna</b>450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>90g (01)</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p><b>Banan 130g</b></p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Leczo z cukinią i mięsem drobiowym 148g (07)</b> <i>(Cukinia, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> <i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> <i>(Woda, Kisiel wiśniowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Chleb pszenny</b> ( mąka <b>pszenna</b>450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>90g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b></p> <p><b>Twarożek z koperkiem 80g (07)</b> <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p> <p><b>Kalafior, gotowany 100g</b></p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</b></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p>E: 2334.36 kcal, B: 79.1 g, T: 99.81 g, W: 304.95 g, Błonnik [g]: 44.77, Cukier [g]: 65, Sód [mg]: 3097.39, Kwasy tł. nas. [g]: 45.79</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta</b> ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Brzoskwinia 100g</b></p>	<p><b>Zupa koperkowa z ryżem brązowym 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż brązowy, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 150g (07)</b> (Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki 75g</b> (Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> (Woda, Kisiel wiśniowy, bez cukru)</p>	<p><b>Chleb żytni razowy 90g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</b></p> <p><b>Mus truskawkowy 50g</b></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>E: <b>2233.42 kcal</b>, B: <b>77.39 g</b>, T: <b>72.87 g</b>, W: <b>335.37 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.47</b>, Cukier [g]: <b>88.81</b>, Sód [mg]: <b>1827.42</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.43</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Leczo z cukinią i mięsem drobiowym 148g (07)</b> (Cukinia, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> (Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczerek*</b></p> <p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> (Woda, Kisiel wiśniowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Twarożek z koperkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b></p> <p>E: <b>2637.96 kcal</b>, B: <b>103.12 g</b>, T: <b>103.74 g</b>, W: <b>341.52 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.51</b>, Cukier [g]: <b>90.21</b>, Sód [mg]: <b>3019.92</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>46.84</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Parówki drobiowe</b> (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Pasta z bialek jaj i szynki 80g (03)</b> (Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Leczo z cukinią i mięsem drobiowym 148g (07)</b> (Cukinia, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> (Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczerek*</b></p> <p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> (Woda, Kisiel wiśniowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Twarożek z koperkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</p>

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b></p> <p>E: <b>2561.55 kcal</b>, B: <b>96.31 g</b>, T: <b>117.92 g</b>, W: <b>292.23 g</b>,  Blonnik [g]: <b>27.92</b>, Cukier [g]: <b>89.59</b>, Sód [mg]: <b>738.33</b>,  Kwasy tł. nas. [g]: <b>62.66</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku z masłem i miodem 500g (07)</b>  <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Twarożek z koperkiem 150g (07)</b>  <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b>  <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Leczo z cukinią i mięsem drobiowym 148g (07)</b>  <i>(Cukinia, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b>  <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b>  <i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b>  <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczerek*</b></p> <p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b>  <i>(Woda, Kisiel wiśniowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa warzywna z cukinią, kaszą kuskus, mięsem gotowanym i żółtkiem 501g (09,01,03,07)</b>  <i>(Woda, Cukinia, Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Kasza jaglana, Żółtko jaja kurzego (03), Kasza kuskus (01), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b></p> <p>E: <b>1833.74 kcal</b>, B: <b>71.87 g</b>, T: <b>84.68 g</b>, W: <b>206.88 g</b>, Blonnik [g]: <b>25.22</b>, Cukier [g]: <b>69.48</b>, Sód [mg]: <b>816.22</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>36.68</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną, mięsem i natką pietruszki, zabelana 500g (09)</b>  <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jaglana, gotowana, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ryżem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,07,03)</b>  <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b>  <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczerek*</b></p> <p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b>  <i>(Woda, Kisiel wiśniowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa warzywna z cukinią, kaszą kuskus, mięsem gotowanym i żółtkiem 501g (09,01,03,07)</b>  <i>(Woda, Cukinia, Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Kasza jaglana, Żółtko jaja kurzego (03), Kasza kuskus (01), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</p>

\* - Podwieczerek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna</b></p> <p>E: <b>2398.6</b> kcal, B: <b>63.58</b> g, T: <b>87.28</b> g, W: <b>365</b> g, Błonnik [g]: <b>44.19</b>, Cukier [g]: <b>75.2</b>, Sód [mg]: <b>3495.72</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.36</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na napoju roślinnym 300g</b> <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <u>żytnia</u> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <u>żytni</u> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 149g</b> <i>(Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> <i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> <i>(Woda, Kisiel wiśniowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Pasta z białej fasoli 80g (03,01,09)</b> <i>(Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Jaja kurze całe (03), Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b></p> <p>E: <b>2316.74 kcal</b>, B: <b>66.31 g</b>, T: <b>100.95 g</b>, W: <b>307.15 g</b>, Błonnik [g]: <b>37.96</b>, Cukier [g]: <b>82.97</b>, Sód [mg]: <b>3042.57</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>44</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Parówki drobiowe</b> (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Chleb bezglutenowy 90g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Brzoskwinia 100g</b></p>	<p><b>Zupa koperkowa z ryżem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 150g (07)</b> <i>(Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> <i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> <i>(Woda, Kisiel wiśniowy)</i></p>	<p><b>Chleb bezglutenowy 90g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07)</b> <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</b></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska  E: 2331.46 kcal, B: 68.37 g, T: 89.42 g, W: 333.64 g, Błonnik [g]: 40.22, Cukier [g]: 80.56, Sód [mg]: 3196.58, Kwasy tł. nas. [g]: 35.99	Śniadanie  Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki sojowe 100g Ketchup (ketchup) 15g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	II Śniadanie  Brzoskwinia 100g	Obiad  Zupa koperkowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Leczo z soczewicą 149g (07) <i>(Cukinia, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Soczewica czerwona, nasiona suche, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i> Surówka z marchewki 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i> Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	Podwieczorek*  Kisiel wiśniowy 200g <i>(Woda, Kisiel wiśniowy)</i>	Kolacja  Chleb pszenny ( mąka pszenna <sup>450</sup> , woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Dobry Posiłek  Sok marchew - truskawka-jabłko 300g

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

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: 2126.6 kcal, B: 102.45 g, T: 75.43 g, W: 276.21 g, Błonnik [g]: 29.68, Cukier [g]: 67.35, Sód [mg]: 2751.08, Kwasy tł. nas. [g]: 39.17</p>	<p><b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jablko 160g</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> (Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</p> <p>Makaron penne, gotowany 200g (01)</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki 100g</b> (Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g) 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2187.45 kcal</b>, B: <b>99.27 g</b>, T: <b>80.81 g</b>, W: <b>281.33 g</b>, Błonnik [g]: <b>25.35</b>, Cukier [g]: <b>67.47</b>, Sód [mg]: <b>1983.13</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>46.18</b></p>	<p><b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Ziola prowansalskie)</i></p> <p>Makaron penne, gotowany 200g (01)</p> <p>Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 100g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy, naturalny 80g (07)</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b> pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g) 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: 2273.6 kcal, B: 118.37 g, T: 81.31 g, W: 289.03 g, Błonnik [g]: 44.08, Cukier [g]: 67.71, Sód [mg]: 3105.92, Kwasy tł. nas. [g]: 42.86</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Makaron pełnoziarnisty, gotowany 200g</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki 75g</b> <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</i></p> <p>Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 75g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy, bez cukru)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Pomarańcza 100g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>  E: <b>2177.45 kcal</b> , B: <b>99.11 g</b> , T: <b>79.81 g</b> , W: <b>281.21 g</b> , Błonnik [g]: <b>25.35</b> , Cukier [g]: <b>67.39</b> , Sód [mg]: <b>2028.01</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>35.5</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> <b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> <sup>450</sup> , woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko parowane 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> <b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Ziola prowansalskie)</i> Makaron penne, gotowany 200g (01) Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  <b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i>	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> <sup>450</sup> , woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek śmietankowy, naturalny 80g (07) Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  <b>Pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g) 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i>
<b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b>  E: <b>2413.8 kcal</b> , B: <b>125.96 g</b> , T: <b>92.06 g</b> , W: <b>286.2 g</b> , Błonnik [g]: <b>25.89</b> , Cukier [g]: <b>70.78</b> , Sód [mg]: <b>2439.83</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>49.79</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> <b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> <sup>450</sup> , woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko parowane 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> <b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Ziola prowansalskie)</i> Makaron penne, gotowany 200g (01) Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  <b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i>	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> <sup>450</sup> , woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Serek śmietankowy, naturalny 80g (07) Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g <b>Pasta mięsna 80g</b> <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i>	<b>Dobry Posiłek</b>  <b>Pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g) 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i>

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b>  E: 2170.59 kcal, B: 108.47 g, T: 100.8 g, W: 222.14 g, Błonnik [g]: 22.65, Cukier [g]: 81.9, Sód [mg]: 1621.04, Kwasy tł. nas. [g]: 56.17	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki gryczane na mleku z masłem i miodem 500g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli)</i> Serek śmietankowy, naturalny 150g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko parowane 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> <b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Ziola prowansalskie)</i> Makaron penne, gotowany 200g (01) Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  <b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i>	<b>Kolacja</b>  <b>Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 501g (09.03)</b> <i>(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  <b>Pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g) 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i>
<b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b>  E: 1161.95 kcal, B: 77.92 g, T: 39.51 g, W: 133.3 g, Błonnik [g]: 21.34, Cukier [g]: 65.1, Sód [mg]: 986.76, Kwasy tł. nas. [g]: 14.63	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa zacierkowa z natką pietruszki 500g (09.01.03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Jaja kurze całe (03), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Mus jabłkowy 200g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa brokułowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09.07.03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  <b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i>	<b>Kolacja</b>  <b>Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 501g (09.03)</b> <i>(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus truskawka - banan 50g

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna</b></p> <p>E: <b>2211.29 kcal</b>, B: <b>81.85 g</b>, T: <b>82.49 g</b>, W: <b>303.17 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.27</b>, Cukier [g]: <b>58.1</b>, Sód [mg]: <b>2833.47</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>18.28</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki gryczane na napoju roślinnym 300g</b> <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Olej rzepakowy)</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Oliwa z oliwek, Ziola prowansalskie)</i></p> <p>Makaron penne, gotowany 200g (01)</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki 100g</b> <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń waniliowy na napoju jaglanym 200g</b> <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Pudding ryżowy na napoju jaglanym (150g) z musem owocowym (50g) 200g</b> <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b></p> <p>E: <b>2094.3</b> kcal, B: <b>92.27</b> g, T: <b>79.78</b> g, W: <b>270.69</b> g, Błonnik [g]: <b>40.97</b>, Cukier [g]: <b>73.47</b>, Sód [mg]: <b>2744.78</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.36</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Makaron bezglutenowy, gotowany 200g</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki 100g</b> <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g) 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2255.53 kcal, B: 84.32 g, T: 80.3 g, W: 322.35 g, Błonnik [g]: 42.96, Cukier [g]: 71.67, Sód [mg]: 2835.4, Kwasy tł. nas. [g]: 40.18</p>	<p><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Paszet z fasoli</b> 80g (03,01,09) <i>(Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Jaja kurze całe (03), Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jablko 160g</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem</b> 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Sos z zielonym groszkiem słodko-kwaśny (duszenie)</b> 150g (09) <i>(Groszek zielony, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Oliwa z oliwek, Ziola prowansalskie)</i></p> <p>Makaron penne, gotowany 200g (01)</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki</b> 100g <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń waniliowy</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b> pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g)</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i></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

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2247.52 kcal</b>, B: <b>102.09 g</b>, T: <b>75.55 g</b>, W: <b>307.34 g</b>, Błonnik [g]: <b>32.12</b>, Cukier [g]: <b>73.44</b>, Sód [mg]: <b>2121.87</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.46</b></p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</b></p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Banan 130g</b></p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 350g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</b></p>	<p><b>Chleb pszenny ( mąka pszenna<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</b></p> <p><b>Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07)</b></p> <p><b>Ogórek świeży 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: 2198.83 kcal, B: 102.75 g, T: 71.02 g, W: 301.75 g, Błonnik [g]: 26.75, Cukier [g]: 67.12, Sód [mg]: 2546.26, Kwasy tł. nas. [g]: 36.73</p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</b> (Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p><b>Kotlety a'la gołabki w sosie pomidorowym (gotowanie) 330g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b>), śmietanka (z <b>mleka</b>), sól ) 150g (07)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p><b>30.06-09.07.2026</b> dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2238.85 kcal, B: 101.36 g, T: 76.72 g, W: 308.83 g, Błonnik [g]: 43.41, Cukier [g]: 76.37, Sód [mg]: 2174.87, Kwasy tł. nas. [g]: 38.72</p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2.5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 350g</b> (Ryż brązowy, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 75g (07)</b> (Por, Kukurydza konserwowa, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretka jagodowa, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2188.83 kcal, B: 102.59 g, T: 70.02 g, W: 301.63 g, Błonnik [g]: 26.75, Cukier [g]: 67.04, Sód [mg]: 2591.14, Kwasy tł. nas. [g]: 26.05</p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)) <b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy) Sałata 30g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</b> (Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała) <b>Kotlety a'la gołabki w sosie pomidorowym (gotowanie) 330g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny) <b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek) <b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b>), śmietanka (z <b>mleka</b>) , sól ) 150g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Pomidor b/s 100g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>
<p>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2418.13 kcal, B: 130.17 g, T: 81.88 g, W: 304.75 g, Błonnik [g]: 26.75, Cukier [g]: 69.37, Sód [mg]: 3444.46, Kwasy tł. nas. [g]: 42.93</p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)) <b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy) Sałata 30g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</b> (Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała) <b>Kotlety a'la gołabki w sosie pomidorowym (gotowanie) 330g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny) <b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek) <b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b>), śmietanka (z <b>mleka</b>) , sól ) 150g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Wędlina drobiowa 60g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b></p> <p>E: 1773.66 kcal, B: 86.24 g, T: 53.59 g, W: 248.31 g, Błonnik [g]: 25.33, Cukier [g]: 71.75, Sód [mg]: 2177.02, Kwasy tł. nas. [g]: 28.63</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki owsiane na mleku z masłem i miodem 500g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli)</p> <p>Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</b> (Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p><b>Kotlety a'la gołabki w sosie pomidorowym (gotowanie) 330g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przekier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 500g (09,01,03)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przekier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b></p> <p>E: 1118.74 kcal, B: 52.91 g, T: 21.61 g, W: 191.45 g, Błonnik [g]: 31.8, Cukier [g]: 73.35, Sód [mg]: 2058, Kwasy tł. nas. [g]: 7.44</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa marchwianka z ryżem i żółtkiem 500g (03)</b> (Marchew, Woda, Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Sól biała)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa selerowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03)</b> (Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel owoce leśne 200g</b> (Woda, Kisiel owoce leśne)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 500g (09,01,03)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przekier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus jabłkowy, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2277.67 kcal, B: 78.62 g, T: 78.55 g, W: 335.18 g, Błonnik [g]: 36.92, Cukier [g]: 66.08, Sód [mg]: 2004.6, Kwasy tł. nas. [g]: 20.66</p>	<p><b>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01)</b> (<i>Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane (01)</i>)</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (<i>Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy</i>)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <u>żytnia</u> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <u>żytni</u> (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> (<i>Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe</i>)</p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 350g</b> (<i>Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny</i>)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (<i>Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek</i>)</p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	<p>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy na napoju jaglanym (150g) z owocami (50g) 200g</b> (<i>Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru</i>)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b></p> <p>E: <b>2086.49 kcal</b>, B: <b>92.21 g</b>, T: <b>73.02 g</b>, W: <b>282.34 g</b>, Błonnik [g]: <b>32.89</b>, Cukier [g]: <b>77.51</b>, Sód [mg]: <b>2537.94</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>36.65</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</b> <i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 350g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: <b>2422.5</b> kcal, B: <b>87.97</b> g, T: <b>81.89</b> g, W: <b>354.82</b> g, Błonnik [g]: <b>41.98</b>, Cukier [g]: <b>78.56</b>, Sód [mg]: <b>2011.81</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.03</b></p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)) Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11) Papryka świeża 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe) <b>Gołąbki z ciecierzycą bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 350g</b> (Ryż biały, gotowany, Cieciora surowa (ciecierzyca), Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny) <b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek) <b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka pszenna<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2493.07</b> kcal, B: <b>105.79</b> g, T: <b>102.75</b> g, W: <b>305.36</b> g, Błonnik [g]: <b>35.79</b>, Cukier [g]: <b>59.01</b>, Sód [mg]: <b>2459.24</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>42.67</b></p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznica ze szczypiorkiem</b> 80g (03,07) (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 400g (09,01) (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 149g (Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek</b> 99g (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b>), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b>, drożdże, gluten <b>pszenny</b>, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 80g (03,10) (Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Jabłko 160g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2359.12 kcal</b>, B: <b>108.62 g</b>, T: <b>86.85 g</b>, W: <b>299.45 g</b>, Błonnik [g]: <b>29.64</b>, Cukier [g]: <b>54.43</b>, Sód [mg]: <b>2537.77</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.25</b></p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznicza z białek jaj z koperkiem</b> 80g (03,07) (Białko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 400g (09,01) (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 150g (Morszczuk, filet, świeży, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Ziola prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 100g (Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b>), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b>, drożdże, gluten <b>pszenny</b>, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem</b> 80g (07,03) (Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p><b>30.06-09.07.2026</b> dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: <b>2665.46</b> kcal, B: <b>108.68</b> g, T: <b>124.69</b> g, W: <b>304.92</b> g, Błonnik [g]: <b>51.58</b>, Cukier [g]: <b>62.95</b>, Sód [mg]: <b>3031.44</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>49.66</b></p>	<p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <b>(07)</b> (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki orkiszowe)</p> <p><b>Jajecznica ze szczypiorkiem</b> 80g <b>(03,07)</b> (Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) <b>(07)</b>)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b></p> <p>Chleb graham 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 400g <b>(09,01)</b> (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb żytni razowy <b>(01)</b>, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <b>(09)</b>, Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 149g (Morszczuk, filet, świeży, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karotenyl) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek</b> 75g (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 75g (Szpinak, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karotenyl) ), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Chleb żytni razowy 30g <b>(01)</b></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 5g <b>(07)</b></p> <p>Hummus (hummus, pasta z ciecierzycy) 60g <b>(11)</b></p> <p>Pomidor 50g</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b></p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 80g <b>(03,10)</b> (Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) <b>(03,10)</b>, Cebula)</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <b>(mleko)</b>, sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <b>(07)</b></p> <p>Jabłko 160g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>E: <b>2324.32</b> kcal, B: <b>108.45</b> g, T: <b>82.77</b> g, W: <b>299.92</b> g, Błonnik [g]: <b>29.64</b>, Cukier [g]: <b>55.09</b>, Sód [mg]: <b>2586.24</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>24.47</b></p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p><b>Jajecznica z białek jaj z koperkiem</b> 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Masło roślinne MR)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 400g (09,01) <i>(Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Ziola prowansalskie)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 100g <i>(Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b>), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b>, drożdże, gluten <b>pszenny</b>, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem</b> 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b></p> <p>E: 2547.12 kcal, B: 130.13 g, T: 96.85 g, W: 302.85 g, Błonnik [g]: 30.38, Cukier [g]: 55.59, Sód [mg]: 3356.5, Kwasy tł. nas. [g]: 41.52</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznica z białek jaj z koperkiem</b> 80g (03,07) (Białko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 400g (09,01) (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 150g (Morszczuk, filet, świeży, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Ziola prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 100g (Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b>), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b>, drożdże, gluten <b>pszenny</b>, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem</b> 120g (07,03) (Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
30.06-09.07.2026 dieta papkowata	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2119.9 kcal, B: 112.39 g, T: 82.9 g, W: 245.1 g, Błonnik [g]: 28.45, Cukier [g]: 73.66, Sód [mg]: 1891.83, Kwasy tł. nas. [g]: 33.83</p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku z masłem i miodem 500g (07)</b> (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli)</p> <p><b>Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem 150g (07,03)</b> (Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01)</b> (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie) 150g</b> (Morszczuk, filet, świeży, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Ziola prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Szpinak na gęsto (duszony) 100g</b> (Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 499g (09,03)</b> (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p>
<p>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1445.6 kcal, B: 87.39 g, T: 39.7 g, W: 194.76 g, Błonnik [g]: 27.18, Cukier [g]: 77.3, Sód [mg]: 1934.21, Kwasy tł. nas. [g]: 10.41</p>	<p><b>Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01)</b> (Woda, Ziemniaki, średnio, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (01), Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Mus jabłkowy 200g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03)</b> (Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 499g (09,03)</b> (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna</b></p> <p>E: 2386.64 kcal, B: 80.59 g, T: 90.86 g, W: 332.28 g, Błonnik [g]: 36.42, Cukier [g]: 65.78, Sód [mg]: 2076.63, Kwasy tł. nas. [g]: 23</p>	<p><b>Kasza kukurydziana na napoju jaglanym 300g</b> (Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło roślinne MR)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami 400g (09,01)</b> (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie) 150g</b> (Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 99g</b> (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Salatka jarzynowa 80g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b></p> <p>E: <b>2405.61 kcal</b>, B: <b>94.36 g</b>, T: <b>106.4 g</b>, W: <b>290.58 g</b>, Błonnik [g]: <b>41.68</b>, Cukier [g]: <b>66.69</b>, Sód [mg]: <b>2434.42</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>42.53</b></p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p><b>Jajecznica ze szczypiorkiem</b> 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami bezglutenowymi</b> 400g (09) <i>(Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb bezglutenowy, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 149g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z kiszanej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek</b> 99g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Jabłko 160g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p>E: 2404.33 kcal, B: 83.65 g, T: 92.86 g, W: 323.45 g, Błonnik [g]: 40.26, Cukier [g]: 66.51, Sód [mg]: 2418.6, Kwasy tł. nas. [g]: 38.87</p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznicza ze szczypiorkiem</b> 80g (03,07) (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 400g (09,01) (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Fasolka w sosie pomidorowym 150g</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek</b> 99g (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Sucharki ( mąka pszenna (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka), glukoza, ekstrakt słodowy jeczmienny, drożdże, gluten pszenny, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 120g (03,10) (Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Jabłko 160g</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, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2206.52 kcal</b>, B: <b>73.16 g</b>, T: <b>87.52 g</b>, W: <b>295.71 g</b>, Błonnik [g]: <b>33.72</b>, Cukier [g]: <b>73.99</b>, Sód [mg]: <b>2725.31</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>50.08</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01.07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa 400g (09.01)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03.01)</b> (Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 100g (07)</b> (Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2332.53 kcal</b>, B: <b>88.03 g</b>, T: <b>96.52 g</b>, W: <b>290.94 g</b>, Błonnik [g]: <b>29.22</b>, Cukier [g]: <b>82.72</b>, Sód [mg]: <b>2597.5</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>50.71</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01.07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa z dodatkiem mięsa drobiowego 400g (09.01)</b> (Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety warzywne w sosie ziołowym (gotowanie) 120g (09.01)</b> (Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Olej rzepakowy, Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Salata z jogurtem 100g (07)</b> (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Salata)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: <b>2200.23</b> kcal, B: <b>72.44</b> g, T: <b>88.57</b> g, W: <b>295.9</b> g, Błonnik [g]: <b>40.57</b>, Cukier [g]: <b>76.18</b>, Sód [mg]: <b>2730.34</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>50.11</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa 400g (09,01)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01)</b> (Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 75g (07)</b> (Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczerek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, Kisiel truskawkowy, bez cukru)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>E: <b>2136.13</b> kcal, B: <b>85.63</b> g, T: <b>74.64</b> g, W: <b>292.98</b> g, Błonnik [g]: <b>29.62</b>, Cukier [g]: <b>85.04</b>, Sód [mg]: <b>2581.58</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.76</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa z dodatkiem mięsa drobiowego 400g (09,01)</b> (Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety warzywne w sosie ziołowym (gotowanie) 120g (09,01)</b> (Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Olej rzepakowy, Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Salata z jogurtem 100g (07)</b> (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczerek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek fromage light 80g (07)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>

\* - Podwieczerek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b></p> <p>E: <b>2515.69 kcal</b>, B: <b>110.69 g</b>, T: <b>105.84 g</b>, W: <b>293.46 g</b>,            Błonnik [g]: <b>29.77</b>, Cukier [g]: <b>84.11</b>, Sód [mg]: <b>3107.8</b>,            Kwasy tł. nas. [g]: <b>53.96</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01.07)</b>  <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g            Pomidor b/s 100g            Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)            Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)            Herbata czarna, napar bez cukru 250g  <b>Salatka a'la gyros z pomidorem b/s 80g (07)</b>  <i>(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa z dodatkiem mięsa drobiowego 400g (09.01)</b>  <i>(Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Kotlety warzywne w sosie ziołowym (gotowanie) 120g (09.01)</b>  <i>(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Olej rzepakowy, Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b>  <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Salata z jogurtem 100g (07)</b>  <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b>  <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b>  <i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)            Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)            Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)  <b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b>  <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i>            Herbata czarna, napar bez cukru 250g  <b>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03)</b>  <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)            Musli bezglutenowe 50g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b></p> <p>E: <b>2144.38 kcal</b>, B: <b>80.55 g</b>, T: <b>115.42 g</b>, W: <b>207.17 g</b>,            Błonnik [g]: <b>22.99</b>, Cukier [g]: <b>72.98</b>, Sód [mg]: <b>1463.37</b>,            Kwasy tł. nas. [g]: <b>64.7</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku z masłem i miodem 500g (07.01)</b>  <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli)</i></p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 150g (07)            Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa z dodatkiem mięsa drobiowego 400g (09.01)</b>  <i>(Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Kotlety warzywne w sosie ziołowym (gotowanie) 120g (09.01)</b>  <i>(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Olej rzepakowy, Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b>  <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Salata z jogurtem 100g (07)</b>  <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b>  <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b>  <i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa szpinakowa z ryżem na śmietanie z mięsem gotowanym 500g (09)</b>  <i>(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Szpinak, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)            Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b></p> <p>E: 1445.82 kcal, B: 64.5 g, T: 60.47 g, W: 169.24 g, Błonnik [g]: 19.79, Cukier [g]: 48.81, Sód [mg]: 944.64, Kwasy tł. nas. [g]: 25.38</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09.03.07)</b> (Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża (09), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus jabłkowy 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09.01.03)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa szpinakowa z ryżem na śmietanie z mięsem gotowanym 500g (09)</b> (Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Szpinak, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus jagodowy 50g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna</b></p> <p>E: 2028.13 kcal, B: 64.71 g, T: 68.79 g, W: 299.97 g, Błonnik [g]: 35.55, Cukier [g]: 64.64, Sód [mg]: 2924.34, Kwasy tł. nas. [g]: 16.72</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g (01)</b> (Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 60g Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa 400g (09.01)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03.01)</b> (Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 99g</b> (Ogórek świeży, Olej rzepakowy, Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka pszena<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny sojowy 150g (06) Musli bezglutenowe 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b></p> <p>E: <b>2205.4 kcal</b>, B: <b>69.13 g</b>, T: <b>91.68 g</b>, W: <b>290.71 g</b>, Błonnik [g]: <b>35.86</b>, Cukier [g]: <b>76.98</b>, Sód [mg]: <b>2829.11</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>50.19</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Krupnik z kaszą jaglaną 401g (09)</b> <i>(Woda, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jaglana, gotowana, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03)</b> <i>(Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Chleb bezglutenowy, Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 100g (07)</b> <i>(Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> <i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska</b></p> <p>E: <b>2273.92 kcal</b>, B: <b>73.24 g</b>, T: <b>94.92 g</b>, W: <b>295.75 g</b>, Błonnik [g]: <b>33.72</b>, Cukier [g]: <b>74.04</b>, Sód [mg]: <b>2551.11</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>55.53</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa gryskowa 400g (09,01)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01)</b> <i>(Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 100g (07)</b> <i>(Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> <i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

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

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2742.41 kcal</b>, B: <b>125.28 g</b>, T: <b>89.29 g</b>, W: <b>378.9 g</b>, Błonnik [g]: <b>36.81</b>, Cukier [g]: <b>69.57</b>, Sód [mg]: <b>1999.25</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.3</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g (03)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jablko 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem 400g (09,01)</b> (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</p> <p><b>Sos majerankowy 150g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g</b> (Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> (Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna  E: 2668.95 kcal, B: 129.79 g, T: 75.17 g, W: 386.07 g, Błonnik [g]: 34.64, Cukier [g]: 71.29, Sód [mg]: 2429.44, Kwasy tł. nas. [g]: 39.15	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Pasta z białek jaj i szynki</b> 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p> <p><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana)</b> 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem</b> 400g (09.01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i></p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany</b> 120g (03.01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p><b>Sos majerankowy</b> 150g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Majeranek suszony)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek</b> 100g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g)</b> 200g (07) <i>(Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: <b>2655.82</b> kcal, B: <b>125.79</b> g, T: <b>106.66</b> g, W: <b>324.07</b> g, Błonnik [g]: <b>51.98</b>, Cukier [g]: <b>63.85</b>, Sód [mg]: <b>2533.17</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>48.04</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g (03)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jablko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400g (09)</b> <i>(Woda, Makaron penne pełnoziarnisty, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i></p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p><b>Sos majerankowy 150g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana węgarska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Majeranek suszony)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 75g</b> <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Salata z jogurtem 75g (07)</b> <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Chleb żytni razowy 60g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 10g (07)</p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 60g (11)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu  E: 2634.95 kcal, B: 129.63 g, T: 71.17 g, W: 386.55 g, Błonnik [g]: 34.64, Cukier [g]: 71.96, Sód [mg]: 2474.32, Kwasy tł. nas. [g]: 26.22	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03)</b> <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p> <p><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g</b> <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem 400g (09.01)</b> <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i></p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03.01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p><b>Sos majerankowy 150g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Majeranek suszony)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> <i>(Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa  E: 2834.08 kcal, B: 150.35 g, T: 81.52 g, W: 392.98 g, Błonnik [g]: 35.47, Cukier [g]: 74.34, Sód [mg]: 2792.76, Kwasy tł. nas. [g]: 41.9	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03)</b> (Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</p> <p><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g</b> (Marchewka mini (babe))</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Twarożek z koperkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem 400g (09.01)</b> (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03.01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</p> <p><b>Sos majerankowy 150g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Majeranek suszony)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Pasztet drobiowy - wyrób własny 60g (03.01.09)</b> (Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Jaja kurze całe (03), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Pieprz czarny, Sól biała)</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> (Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b>  E: 2372.95 kcal, B: 112.18 g, T: 64.84 g, W: 350.94 g, Błonnik [g]: 33.83, Cukier [g]: 72.07, Sód [mg]: 1558.91, Kwasy tł. nas. [g]: 34.76	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki jaglane na mleku z masłem i miodem 500g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane)</i> Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko parowane 160g	<b>Obiad</b>  <b>Rosół z makaronem 400g (09,01)</b> <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> <b>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i> <b>Sos majerankowy 150g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Majeranek suszony)</i> <b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i> <b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i> <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczerek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  <b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 451g (09,01)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posilek</b>  <b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus bananowy)</i>
	<b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b>  E: 1345.94 kcal, B: 78.2 g, T: 26.46 g, W: 207.1 g, Błonnik [g]: 25.13, Cukier [g]: 77.65, Sód [mg]: 1269.02, Kwasy tł. nas. [g]: 9.74	<b>Śniadanie</b>  <b>Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 501g (09,03)</b> <i>(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Mus jabłkowy 200g	<b>Obiad</b>  <b>Rosół z makaronem i mięsem gotowanym 500g (09,01)</b> <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i> <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczerek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  <b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 451g (09,01)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g

\* - Podwieczerek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2751.21 kcal, B: 104.85 g, T: 93.84 g, W: 390.97 g, Błonnik [g]: 43.99, Cukier [g]: 58.57, Sód [mg]: 1998.63, Kwasy tł. nas. [g]: 22.67</p>	<p><b>Płatki jaglane na napoju jaglanym</b> 300g (<i>Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane</i>) Jaja kurze całe, gotowane 100g (03) Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jablko 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem</b> 400g (09,01) (<i>Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki)</i>) <b>Kotlet drobiowy, parowany</b> 120g (03,01) (<i>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy</i>) <b>Sos majerankowy</b> 150g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony</i>) <b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g (<i>Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy</i>) <b>Kapusta na ciepło (gotowanie)</b> 100g (<i>Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny</i>) <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny sojowy 200g (06)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem roślinnym (150g) i owocami (50g)</b> 200g (06) (<i>Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny sojowy (06)</i>)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2667.96 kcal, B: 114.11 g, T: 93.38 g, W: 364.46 g, Błonnik [g]: 45.62, Cukier [g]: 75.65, Sód [mg]: 1989.13, Kwasy tł. nas. [g]: 41.39</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane) Jaja kurze całe, gotowane 100g (03) Rzodkiewka 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem bezglutenowym 400g (09)</b> (Woda, Makaron bezglutenowy, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki)) <b>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Chleb bezglutenowy, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy) <b>Sos majerankowy 150g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony) <b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy) <b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g</b> (Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> (Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2848.99 kcal, B: 108.53 g, T: 88.62 g, W: 426.93 g, Błonnik [g]: 47.43, Cukier [g]: 79.98, Sód [mg]: 1913.1, Kwasy tł. nas. [g]: 41.43</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane) Jaja kurze całe, gotowane 100g (03) Rzodkiewka 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jablko 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem na wywarze warzywnym 401g (09,01)</b> (Woda, Makaron bezglutenowy (01), Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki)) <b>Potrąwka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g</b> (Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek zielony, Woda, Pieprz ziółowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki)) <b>Sos majerankowy 150g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony) <b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy) <b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g</b> (Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <u>mleka</u> ) 150g (07) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> (Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</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, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2535.24 kcal, B: 105.99 g, T: 107.28 g, W: 305.46 g, Błonnik [g]: 35.04, Cukier [g]: 101.62, Sód [mg]: 2808.7, Kwasy tł. nas. [g]: 51.19</p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01)) Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki</b> 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2.5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03) <b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone) <b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 100g (09) (Seler korzeniowy (09), Jabłko, Olej rzepakowy) <b>Kompot wieloowocowy</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2570.4 kcal, B: 123.53 g, T: 103.4 g, W: 301.79 g, Błonnik [g]: 28.94, Cukier [g]: 99.21, Sód [mg]: 2488.57, Kwasy tł. nas. [g]: 52.6</p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Brokuły, gotowane 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem</b> 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały <u>twarogowy półtłusty</u>, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03) <b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i> <b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko parowane, Olej rzepakowy)</i> <b>Kompot wieloowocowy</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: <b>2696.32</b> kcal, B: <b>124.22</b> g, T: <b>116.44</b> g, W: <b>303.06</b> g, Błonnik [g]: <b>33.4</b>, Cukier [g]: <b>100.63</b>, Sód [mg]: <b>3772.73</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>56.44</b></p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki</b> 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana węgalska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbaf 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03)</p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 75g (Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki i brzoskwini</b> 75g (Marchew, Brzoskwinia, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>E: <b>2560.4 kcal</b>, B: <b>123.37 g</b>, T: <b>102.4 g</b>, W: <b>301.67 g</b>, Błonnik [g]: <b>28.94</b>, Cukier [g]: <b>99.13</b>, Sód [mg]: <b>2533.45</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.92</b></p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Brokuły, gotowane 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem</b> 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja <b>kurze całe</b>, <b>ser biały twarogowy półtłusty</b>, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03)</p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko parowane, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g <b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b></p> <p>E: <b>2753.15 kcal</b>, B: <b>138.86 g</b>, T: <b>114.99 g</b>, W: <b>306.58 g</b>, Błonnik [g]: <b>29.93</b>, Cukier [g]: <b>102.52</b>, Sód [mg]: <b>3210.22</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>56.37</b></p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Brokuły, gotowane 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g <b>Salatka z buraka sera fety i roszponki</b> 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i></p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem</b> 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja <b>kurze całe</b>, <b>ser biały twarogowy półtłusty</b>, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03)</p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko parowane, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b></p> <p>E: <b>2210.84 kcal</b>, B: <b>129.3 g</b>, T: <b>90.05 g</b>, W: <b>233 g</b>, Błonnik [g]: <b>27.08</b>, Cukier [g]: <b>97.34</b>, Sód [mg]: <b>1933.92</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>44.89</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jęczmienne na mleku z masłem i miodem 500g (07,01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczoły, Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka 150g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09)</b> <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03)</p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07)</b> <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym 100g (09)</b> <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko parowane, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ziemniaki, gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b></p> <p>E: <b>1225.33 kcal</b>, B: <b>76.52 g</b>, T: <b>39.22 g</b>, W: <b>152.41 g</b>, Błonnik [g]: <b>27.12</b>, Cukier [g]: <b>78.34</b>, Sód [mg]: <b>1702.16</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>12.36</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa szpinakowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 499g (09,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Szpinak, Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 499g (09,03)</b> <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ziemniaki, gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2360.39 kcal, B: 69.88 g, T: 94.14 g, W: 326.94 g, Błonnik [g]: 36.59, Cukier [g]: 91.55, Sód [mg]: 2675.85, Kwasy tł. nas. [g]: 19.06</p>	<p><b>Płatki jęczmienne na napoju jaglanym 300g (01)</b>  <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jęczmienne (01))</i>            Hummus (hummus, pasta z ciecierzycy) 80g (11)            Ogórki konserwowe 100g (12,10)            Masło roślinne MR 20g            Chleb żytni razowy 90g (01)            Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z mięsem, ziemniakami i natką pietruszki 400g (09)</b>  <i>(Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbit 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i>            Makaron penne, gotowany 200g (01)  <b>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (06)</b>  <i>(Jogurt naturalny sojowy (06), Truskawki, mrożone)</i>  <b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym 100g (09)</b>  <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Olej rzepakowy)</i>  <b>Kompot wieloowocowy 250g</b>  <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy na napoju jaglanym 200g</b>  <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)            Masło roślinne MR 20g  <b>Pasta z tuńczyka 80g (04)</b>  <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Olej rzepakowy)</i>            Ogórek świeży 100g            Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b></p> <p>E: <b>2508.34 kcal</b>, B: <b>99.88 g</b>, T: <b>110.95 g</b>, W: <b>297.37 g</b>,  Blonnik [g]: <b>36.18</b>, Cukier [g]: <b>105.88</b>, Sód [mg]: <b>2650.6</b>,  Kwasy tł. nas. [g]: <b>51.14</b></p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07)</b>  <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11)</p> <p>Ogórki konserwowe 100g (12,10)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09)</b>  <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2.5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbaf 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03)</p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07)</b>  <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym 100g (09)</b>  <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b>  <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b>  <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b>  <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2794.66 kcal, B: 105.14 g, T: 114.7 g, W: 357.86 g, Błonnik [g]: 42.94, Cukier [g]: 105.27, Sód [mg]: 2693.68, Kwasy tł. nas. [g]: 51.31</p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p><b>Smalczyk z fasoli</b> 80g <i>(Fasola biała, nasiona suche, Oliwa z oliwek, Cebula, Czosnek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Papryka w proszku, Pieprz ziółowy, Sól biała)</i></p> <p><b>Ogórki konserwowe</b> 100g (12,10)</p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Chleb żytni razowy</b> 90g (01)</p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki</b> 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Leniwe pierogi z sera twarogowego</b> (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 250g (07,03)</p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p><b>Chleb pszenny</b> ( mąka pszenna<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Paszтет z soczewicy (wegański)</b> 80g (12,06) <i>(Cebula, Kasza jaglana, Soczewica czerwona, nasiona suche, Olej rzepakowy, Śliwki bez pestek, suszone (12), Sos sojowy klasyczny (06), Majeranek suszony, Gałka muszkatołowa w proszku)</i></p> <p><b>Ogórek świeży</b> 100g</p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby 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, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2248.44 kcal</b>, B: <b>104.53 g</b>, T: <b>85.71 g</b>, W: <b>281.41 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.68</b>, Cukier [g]: <b>55.77</b>, Sód [mg]: <b>2454.36</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.75</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie)</b> 150g (09) (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Surówka z buraków</b> 100g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2325.16 kcal</b>, B: <b>103.45 g</b>, T: <b>85.74 g</b>, W: <b>301.22 g</b>, Błonnik [g]: <b>29.92</b>, Cukier [g]: <b>67.24</b>, Sód [mg]: <b>2457.27</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.37</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie)</b> 150g (09) (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Surówka z buraków</b> 99g (Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: <b>2384.56 kcal</b>, B: <b>98.06 g</b>, T: <b>103.86 g</b>, W: <b>288.12 g</b>, Błonnik [g]: <b>43.49</b>, Cukier [g]: <b>54.03</b>, Sód [mg]: <b>2769.84</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>42.08</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym i natką pietruszki 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż brązowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09)</b> <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Surówka z ogórka kiszzonego 75g</b> <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 75g</b> <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa, bez cukru 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>E: <b>2315.16 kcal</b>, B: <b>103.29 g</b>, T: <b>84.74 g</b>, W: <b>301.1 g</b>, Błonnik [g]: <b>29.92</b>, Cukier [g]: <b>67.16</b>, Sód [mg]: <b>2502.15</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.69</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09)</b> (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Surówka z buraków 99g</b> (Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b></p> <p>E: <b>2529.06 kcal</b>, B: <b>132.23 g</b>, T: <b>93.52 g</b>, W: <b>305.9 g</b>, Błonnik [g]: <b>29.92</b>, Cukier [g]: <b>70.73</b>, Sód [mg]: <b>2973.67</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>44.73</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07)</b> (Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09)</b> (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Surówka z buraków 99g</b> (Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b>), śmietanka (z <b>mleka</b>), sól ) 150g (07)</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b></p> <p>E: 2047.63 kcal, B: 119.55 g, T: 80.4 g, W: 228.14 g, Błonnik [g]: 28.09, Cukier [g]: 67.76, Sód [mg]: 1583.11, Kwasy tł. nas. [g]: 34.77</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku z masłem i miodem 500g (07)</b> (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli, Płatki orkiszowe)</p> <p><b>Pasta z białek jaj i szynki 150g (03)</b> (Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 150g (09)</b> (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Surówka z buraków 99g</b> (Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,03)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus bananowy, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b></p> <p>E: 1351.81 kcal, B: 70.21 g, T: 35.45 g, W: 201.03 g, Błonnik [g]: 27.37, Cukier [g]: 56.4, Sód [mg]: 960.25, Kwasy tł. nas. [g]: 10.65</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Rosół z makaronem i mięsem gotowanym 500g (09,01)</b> (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus jabłkowy 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem 500g (09,03)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Kisiel truskawkowy 200g (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,03)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus bananowy, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2234.06 kcal, B: 89.91 g, T: 81.65 g, W: 302.32 g, Błonnik [g]: 31.12, Cukier [g]: 49.56, Sód [mg]: 2407.22, Kwasy tł. nas. [g]: 24.74</p>	<p><b>Płatki orkiszowe na napoju jaglanym</b> 300g <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie)</b> 150g (09) <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) <b>Surówka z buraków</b> 100g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g Ketchup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy na napoju jaglanym z owocami</b> 200g <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>
<p>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2224.24 kcal, B: 99.4 g, T: 90.37 g, W: 270.97 g, Błonnik [g]: 33.97, Cukier [g]: 60.04, Sód [mg]: 2450.06, Kwasy tł. nas. [g]: 40.08</p>	<p><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie)</b> 150g (09) <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g <b>Surówka z buraków</b> 100g <i>(Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g Ketchup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2317.27 kcal, B: 86.27 g, T: 87.9 g, W: 311.75 g, Błonnik [g]: 38.82, Cukier [g]: 62.1, Sód [mg]: 2609.74, Kwasy tł. nas. [g]: 36.87</p>	<p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe) Ser żółty 40g (07) Ogórek świeży 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe) <b>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (duszenie)</b> 150g (09) (Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01) <b>Surówka z buraków</b> 100g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny) <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretkę malinową ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) <b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Parówki sojowe 100g Ketchup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2244.28 kcal, B: 82.99 g, T: 99.36 g, W: 274.57 g, Błonnik [g]: 35.04, Cukier [g]: 78.02, Sód [mg]: 1985.05, Kwasy tł. nas. [g]: 35.72</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane) Hummus pomidorowy 80g Papryka świeża 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Krem z papryki z groszkiem ptyśowym 400g (01,03,09)</b> (Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptyśowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży) <b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny) <b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10) <b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy) Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2117.56 kcal</b>, B: <b>98.19 g</b>, T: <b>67.91 g</b>, W: <b>291.52 g</b>, Błonnik [g]: <b>23.47</b>, Cukier [g]: <b>79.83</b>, Sód [mg]: <b>1889.16</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.1</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Banan 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Makaron czterosieczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta z białek jaj i sera 40g (03,07)</b> <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor b/s, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posilek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 45g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: 2339.67 kcal, B: 87.43 g, T: 112.1 g, W: 269.97 g, Błonnik [g]: 44.6, Cukier [g]: 69.6, Sód [mg]: 2385.69, Kwasy tł. nas. [g]: 41.73</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Krem z papryki z groszkiem ptyśowym 400g (01,03,09)</b> (Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptyśowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży)</p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p><b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p><b>Salatka z buraka sera fety i roszonek 100g (07)</b> (Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</p> <p><b>salatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2107.56 kcal, B: 98.03 g, T: 66.91 g, W: 291.4 g, Błonnik [g]: 23.47, Cukier [g]: 79.75, Sód [mg]: 1934.04, Kwasy tł. nas. [g]: 20.42</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Pasta z białek jaj i sera 40g (03,07)</b> <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor b/s, Salata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 45g</p>
<p>E: 2260.36 kcal, B: 122.57 g, T: 72.39 g, W: 292.76 g, Błonnik [g]: 23.47, Cukier [g]: 80.67, Sód [mg]: 2688.96, Kwasy tł. nas. [g]: 32.46</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Salata 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b><sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta z białek jaj i sera 40g (03,07)</b> <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor b/s, Salata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 45g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b></p> <p>E: 2117.2 kcal, B: 105.53 g, T: 76.39 g, W: 262.59 g, Błonnik [g]: 20.3, Cukier [g]: 81.54, Sód [mg]: 809.76, Kwasy tł. nas. [g]: 41.65</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku z masłem i miodem 500g (07)</b> (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczoły, Płatki jaglane) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 150g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 130g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) <b>Pulpety drobiowe w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek) <b>Kompot wielowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g (09,07)</b> (Herbata czarna, napar z cukrem, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna świeża (09), Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posilek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Jabłko parowane 45g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b></p> <p>E: 1559.07 kcal, B: 65.59 g, T: 62.81 g, W: 191.81 g, Błonnik [g]: 19.88, Cukier [g]: 68.03, Sód [mg]: 2011.2, Kwasy tł. nas. [g]: 32.21</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabilana 500g (07)</b> (Woda, Ziemniaki, późne, Szynka wieprzowa, gotowana, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Sól biała) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Mus bananowy 200g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa pomidorowa z makaronem i mięsem gotowanym 500g (09,01,03)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Wieprzowina, szynka surowa, Makaron czterojajeczny (01,03), Przepier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p><b>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g (09,07)</b> (Herbata czarna, napar z cukrem, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna świeża (09), Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posilek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus jabłkowy 45g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna</b></p> <p>E: <b>2214.38 kcal</b>, B: <b>73.72 g</b>, T: <b>96.68 g</b>, W: <b>281.18 g</b>, Błonnik [g]: <b>37.94</b>, Cukier [g]: <b>58.18</b>, Sód [mg]: <b>2086.33</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>20.96</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g</b> (<i>Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane</i>)</p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb żytni razowy 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Krem z papryki z groszkiem ptysiowym 400g (01,03,09)</b> (<i>Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptysiowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży</i>)</p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01)</b> (<i>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny</i>)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p><b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g</b> (<i>Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny</i>)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g <b>(01)</b></p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (<i>Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10)</i>)</p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> (<i>Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy</i>)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny sojowy 150g <b>(06)</b></p> <p>Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2330.45 kcal, B: 78.77 g, T: 103.86 g, W: 294.29 g, Błonnik [g]: 44.27, Cukier [g]: 73.89, Sód [mg]: 2376.18, Kwasy tł. nas. [g]: 35.37</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane) Hummus pomidorowy 80g Papryka świeża 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Krem z papryki z grzankami bezglutenowymi 482g (09)</b> (Woda, Papryka świeża, Chleb bezglutenowy, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2.5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży) <b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Chleb bezglutenowy, Jaja kurze całe (03), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2.5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) Ziemniaki, gotowane 200g <b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny) <b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10)) <b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziolowy) Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska</b></p> <p>E: <b>2396.59 kcal</b>, B: <b>81.38 g</b>, T: <b>100.23 g</b>, W: <b>316.48 g</b>, Błonnik [g]: <b>43.32</b>, Cukier [g]: <b>83.81</b>, Sód [mg]: <b>2239.96</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.85</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Krem z papryki z groszkiem ptysiowym 400g (01,03,09)</b> (Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptysiowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży)</p> <p><b>Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 150g (01,03)</b> (Soczewica czerwona, nasiona suche, Marchew, Pietruszka, korzeń, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p><b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</p> <p><b>Salátka z buraka sera fety i roszonek 80g (07)</b> (Buraki, Ser typu Feta (07), Roszonek, Oliwa z oliwek)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby 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

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa</b></p> <p>E: <b>2421.04 kcal</b>, B: <b>114.59 g</b>, T: <b>83.73 g</b>, W: <b>322.06 g</b>, Błonnik [g]: <b>39.71</b>, Cukier [g]: <b>81.67</b>, Sód [mg]: <b>1850.17</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.53</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b> <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa fasolowa z ziemniakami 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wierzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Brukselka, gotowana 100g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Banan 130g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna</b></p> <p>E: <b>2150.07 kcal</b>, B: <b>107.53 g</b>, T: <b>73.27 g</b>, W: <b>278.24 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.37</b>, Cukier [g]: <b>68.45</b>, Sód [mg]: <b>1975.07</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.03</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p><b>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07)</b> <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</i></p> <p><b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wierzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Brukselka, gotowana 100g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g</b> <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b></p> <p>E: 2470.36 kcal, B: 113.3 g, T: 92.53 g, W: 320.75 g, Błonnik [g]: 49.48, Cukier [g]: 84.61, Sód [mg]: 1861.99, Kwasy tł. nas. [g]: 41.29</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa fasolowa z ziemniakami 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> (Ryż brązowy, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</p> <p>Brukselka, gotowana 100g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> <p><b>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 75g</b> (Ogórek świeży, Papryka świeża, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Banan 130g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b></p> <p>E: 2088.87 kcal, B: 108.25 g, T: 65.91 g, W: 278.56 g, Błonnik [g]: 30.37, Cukier [g]: 69.04, Sód [mg]: 2017.55, Kwasy tł. nas. [g]: 23.09</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07)</b> (Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</p> <p><b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> (Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</p> <p>Brukselka, gotowana 100g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g (07)</p> <p><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g</b> (Marchewka mini (babe))</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</p>

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta bogatobiałkowa</b>  E: <b>2344.62 kcal</b> , B: <b>130.18 g</b> , T: <b>84.12 g</b> , W: <b>280.15 g</b> , Błonnik [g]: <b>30.91</b> , Cukier [g]: <b>69.2</b> , Sód [mg]: <b>2874.77</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.36</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> <b>Pasta z białek jaj i sera 80g (03.07)</b> <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i> Kalafior, gotowany 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Wędlina drobiowa 60g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko parowane 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) <b>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g</b> <i>(Marchewka mini (babe))</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g <b>Pasta mięsna 80g</b> <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i>	<b>Dobry Posiłek</b>  Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07) Mus jagodowy 50g
<b>30.06-09.07.2026 dieta papkowata</b>  E: <b>2053.87 kcal</b> , B: <b>102.61 g</b> , T: <b>83.49 g</b> , W: <b>234.67 g</b> , Błonnik [g]: <b>25.96</b> , Cukier [g]: <b>70.24</b> , Sód [mg]: <b>1838.12</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.68</b>	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki owsiane na mleku z masłem i miodem 500g (07.01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Miód pszczeli)</i> Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b> ), śmietanka (z <b>mleka</b> ), sól ) 150g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko parowane 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  <b>Krupnik z kasza jagłana, mięsem gotowanym i żółtkiem 499g (09.03)</b> <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z indyka gotowane, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Kasza jagłana, gotowana, Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07) Mus jagodowy 50g

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta płynna wzmocniona</b>  E: 1417.94 kcal, B: 74.71 g, T: 48.22 g, W: 180.08 g, Błonnik [g]: 20.46, Cukier [g]: 56.64, Sód [mg]: 1389.83, Kwasy tł. nas. [g]: 16.83	<b>Śniadanie</b>  <b>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,01,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Mus jabłkowy 200g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Marchew, Filety z kurczaka, gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  <b>Krupnik z kasza jaglaną, mięsem gotowanym i żółtkiem 499g (09,03)</b> <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z indyka gotowane, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Kasza jaglana, gotowana, Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  <b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus bananowy, Budyń śmietankowy bez cukru)</i>
<b>30.06-09.07.2026 dieta bezmleczna</b>  E: 2241.14 kcal, B: 77.58 g, T: 73.83 g, W: 338.97 g, Błonnik [g]: 52.69, Cukier [g]: 76.12, Sód [mg]: 1961.85, Kwasy tł. nas. [g]: 18.37	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01)</b> <i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane (01))</i> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b> <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</i> Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa fasolowa z ziemniakami 400g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 300g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny sojowy 200g (06)	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta warzywna papryka i czerwona fasola 80g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  Sok marchwiowo-jabłkowy 300g

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta bezglutenowa</b>  E: 2356.84 kcal, B: 105.05 g, T: 86.16 g, W: 311.8 g, Błonnik [g]: 42.5, Cukier [g]: 87.52, Sód [mg]: 1845.97, Kwasy tł. nas. [g]: 40.35	<b>Śniadanie</b>  <b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10)</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa fasolowa z ziemniakami</b> 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym</b> 300g <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wierzpowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 100g <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07) Banan 130g
<b>30.06-09.07.2026 dieta wegetariańska</b>  E: 2419.73 kcal, B: 105.24 g, T: 83.44 g, W: 331.87 g, Błonnik [g]: 40.27, Cukier [g]: 82.16, Sód [mg]: 1833.7, Kwasy tł. nas. [g]: 39.69	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki owsiane na mleku</b> 300g (07,01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10)</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa fasolowa z ziemniakami</b> 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> <b>Risotto warzywne z mięsem w sosie pomidorowym</b> 300g <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 100g <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07) Banan 130g

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

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)</b></p> <p>E: <b>1172.73 kcal</b>, B: <b>37.84 g</b>, T: <b>45.06 g</b>, W: <b>165.26 g</b>, Błonnik [g]: <b>18.92</b>, Cukier [g]: <b>43.97</b>, Sód [mg]: <b>1442.07</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>17.9</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 200g (07)</b> (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane</i>)</p> <p><b>Parówki drobiowe</b> (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) <b>40g</b></p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Ogórek kiszony 40g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>5g (07)</b></p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta</b> ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) <b>30g (01)</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</b></p>	<p><b>Brzoskwinia 50g</b></p>	<p><b>Zupa koperkowa z ryżem 250g (09)</b> (<i>Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</i>)</p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 100g (07)</b> (<i>Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku</i>)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 100g</b> (<i>Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy</i>)</p> <p><b>Surówka z marchewki 80g</b> (<i>Marchew, Olej rzepakowy</i>)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 150g</b> (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	<p><b>Kisiel wiśniowy 100g</b> (<i>Woda, Kisiel wiśniowy</i>)</p>	<p><b>Chleb pszenny</b> ( mąka pszena<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>30g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>5g (07)</b></p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g (07)</b> (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek</i>)</p> <p><b>Papryka świeża 40g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</b></p>	<p><b>Sok marchew - truskawka-jabłko 150g</b></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)</b></p> <p>E: <b>2171.74 kcal</b>, B: <b>65.53 g</b>, T: <b>85.7 g</b>, W: <b>304.47 g</b>, Błonnik [g]: <b>34.92</b>, Cukier [g]: <b>75.98</b>, Sód [mg]: <b>2810.3</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.29</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Parówki drobiowe</b> (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) <b>70g</b></p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b></p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta</b> ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) <b>90g (01)</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Brzoskwinia 100g</b></p>	<p><b>Zupa koperkowa z ryżem 350g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Śmietana węgalska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 120g (07)</b> (Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 180g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki 100g</b> (Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> (Woda, Kisiel wiśniowy)</p>	<p><b>Chleb pszenny</b> ( mąka pszenna<sup>450</sup>, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>90g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b></p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Sok marchew - truskawka-jabłko 300g</b></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-06-30)					
30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)  E: 2121.74 kcal, B: 70.99 g, T: 88.06 g, W: 284.71 g, Błonnik [g]: 42.45, Cukier [g]: 61.47, Sód [mg]: 2839.57, Kwasy tł. nas. [g]: 41.2	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
	<p><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 70g</p> <p><b>Kecup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta</b> ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Zupa koperkowa z ryżem brązowym 350g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż brązowy, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbit 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Leczo z cukinią i kielbasą 120g (07)</b> (Cukinia, Kielbasa żywiecka, wieprzowo - wołowa, Pomidory krojone w puszcze lub kartoniku, Papryka świeża, Masło klarowane (07), Majeranek suszony, Oregano suszone, Papryka w proszku, Papryka wędzona w proszku)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 180g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z marchewki 75g</b> (Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Kisiel wiśniowy 200g</b> (Woda, Kisiel wiśniowy, bez cukru)</p>	<p><b>Chleb żytni razowy 90g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07)</b> (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p>

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

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 1019.53 kcal, B: 55.43 g, T: 32.75 g, W: 134.85 g, Błonnik [g]: 15.49, Cukier [g]: 37.25, Sód [mg]: 1213.67, Kwasy tł. nas. [g]: 14.96</p>	<p><b>Płatki gryczane na mleku 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p><b>Pasta z tuńczyka 40g (04,07)</b> (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Jablko 80g</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 250g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 100g (09)</b> (Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</p> <p>Makaron penne, gotowany 100g (01)</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki 80g</b> (Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 150g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Budyń waniliowy 100g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>Pudding ryżowy na mleku z musem owocowym 100g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p>E: 2017.85 kcal, B: 94.58 g, T: 72.93 g, W: 261.42 g, Błonnik [g]: 28.06, Cukier [g]: 64.34, Sód [mg]: 2709.94, Kwasy tł. nas. [g]: 38.28</p>	<p><b>Płatki gryczane na mleku</b> 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jablko 160g</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem</b> 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie)</b> 120g (09) <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Makaron penne, gotowany 180g (01)</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki</b> 100g <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń waniliowy</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Pudding ryżowy na mleku (150g) z musem owocowym (50g)</b> 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus truskawka - banan, Ryż biały, gotowany)</i></p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-01)					
30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)  E: 2155.45 kcal, B: 110.02 g, T: 78.59 g, W: 272.76 g, Błonnik [g]: 41.74, Cukier [g]: 64.53, Sód [mg]: 3063.58, Kwasy tł. nas. [g]: 41.93	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
	<p><b>Płatki gryczane na mleku 250g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 350g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Indyk w sosie słodko-kwaśnym (duszenie) 120g (09)</b> <i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Ananas, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Makaron pełnoziarnisty, gotowany 180g</p> <p><b>Surówka z białej kapusty i marchewki 75g</b> <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny, Sok z cytryny)</i></p> <p>Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 75g</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń waniliowy 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy, bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Pomarańcza 100g</p>

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

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)</b></p> <p>E: <b>1055.31 kcal</b>, B: <b>50.57 g</b>, T: <b>29.69 g</b>, W: <b>155.09 g</b>, Błonnik [g]: <b>15.46</b>, Cukier [g]: <b>37.72</b>, Sód [mg]: <b>865.73</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.43</b></p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta mięsna 40g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Papryka świeża 40g</b></p> <p><b>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</b></p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 30g (01)</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</b></p>	<p><b>Banan 65g</b></p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 250g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 220g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 40g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wielowocowy 150g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 100g</b></p>	<p><b>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</b></p> <p><b>Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 40g (07)</b></p> <p><b>Ogórek świeży 40g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</b></p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 100g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)</b></p> <p>E: <b>2097.33 kcal</b>, B: <b>94.24 g</b>, T: <b>72.5 g</b>, W: <b>283.45 g</b>, Błonnik [g]: <b>30.26</b>, Cukier [g]: <b>70.09</b>, Sód [mg]: <b>2074.66</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.28</b></p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p><b>Papryka świeża 100g</b></p> <p><b>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</b></p> <p><b>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Banan 130g</b></p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 350g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 280g</b> (Ryż biały, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Galaretką jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</b></p>	<p><b>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</b></p> <p><b>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</b></p> <p><b>Serek grani ( ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07)</b></p> <p><b>Ogórek świeży 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczerek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p><b>30.06-09.07.2026</b> dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)</p> <p>E: <b>2089.5</b> kcal, B: <b>93.41</b> g, T: <b>73.46</b> g, W: <b>285.24</b> g, Błonnik [g]: <b>40.61</b>, Cukier [g]: <b>72.94</b>, Sód [mg]: <b>2126.82</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.5</b></p>	<p><b>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b> (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Barszcz biały z ziemniakami i koperkiem 350g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym (gotowanie) 280g</b> (Ryż brązowy, gotowany, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Przecier pomidorowy, Kapusta biała, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Surówka z pora, kukurydzy i marchewki z jogurtem naturalnym 75g (07)</b> (Por, Kukurydza konserwowa, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p><b>Kompot wielowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretką jagodowa, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek grani ( ziarna twardogone (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól ) 150g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 1254.07 kcal, B: 59.87 g, T: 49.12 g, W: 153.75 g, Błonnik [g]: 18.63, Cukier [g]: 33.13, Sód [mg]: 1249.37, Kwasy tł. nas. [g]: 17.88</p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznicza ze szczypiorkiem</b> 40g (03,07) (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Ogórek świeży 40g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Pomarańcza 50g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 250g (09,01) (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 100g (Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 100g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek</b> 80g (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b>), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b>, drożdże, gluten <b>pszenny</b>, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 15g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 40g (03,10) (Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</p> <p>Wędlina wieprzowa 15g</p> <p>Rzodkiewka 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 100g (07)</p> <p>Jabłko 80g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)</b></p> <p>E: <b>2361.56 kcal</b>, B: <b>98.37 g</b>, T: <b>98.61 g</b>, W: <b>288.25 g</b>, Błonnik [g]: <b>34.11</b>, Cukier [g]: <b>55.77</b>, Sód [mg]: <b>2377.6</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.6</b></p>	<p><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 250g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p><b>Jajecznicza ze szczypiorkiem</b> 80g (03,07) (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 350g (09,01) (Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 120g (Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 180g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek</b> 100g (Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b>), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jęczmienny</b>, drożdże, gluten <b>pszenny</b>, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 80g (03,10) (Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Jabłko 160g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Piątek (2026-07-03)					
<p><b>30.06-09.07.2026</b> dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)</p> <p>E: 2532.06 kcal, B: 101.17 g, T: 119.99 g, W: 288.42 g, Błonnik [g]: 49.17, Cukier [g]: 59.3, Sód [mg]: 2951.88, Kwasy tł. nas. [g]: 48.25</p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p><b>Jajecznica ze szczypiorkiem</b> 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</i></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z grzankami</b> 350g (09,01) <i>(Woda, Batat (ziemniak słodki), Chleb żytni razowy (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Ryba w sosie ziołowym (gotowanie)</b> 120g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Olej rzepakowy, Bazylia, suszona, Pieprz czarny, Pieprz ziołowy, Zioła prowansalskie)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 180g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek</b> 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 75g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Hummus (hummus, pasta z ciecierzycy) 60g (11)</p> <p>Pomidor 50g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Jabłko 160g</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, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)</b></p> <p>E: <b>964.06 kcal</b>, B: <b>36.82 g</b>, T: <b>35.84 g</b>, W: <b>130.07 g</b>, Błonnik [g]: <b>14.45</b>, Cukier [g]: <b>37.46</b>, Sód [mg]: <b>1272.94</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>20.27</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 200g (01,07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 40g</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 50g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa 250g (09,01)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 30g (03,01)</b> (Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 100g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 80g (07)</b> (Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 150g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 100g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 40g (07)</p> <p>Papryka świeża 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 80g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 20g</p>
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)</b></p> <p>E: <b>2114.4 kcal</b>, B: <b>69.2 g</b>, T: <b>85.41 g</b>, W: <b>280.43 g</b>, Błonnik [g]: <b>31.45</b>, Cukier [g]: <b>70.78</b>, Sód [mg]: <b>2587.27</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>49.34</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Brzoskwinia 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa grysikowa 350g (09,01)</b> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 90g (03,01)</b> (Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Mizeria z jogurtem greckim 100g (07)</b> (Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p><b>Kisiel truskawkowy 200g</b> (Woda, kisiel truskawkowy)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Sobota (2026-07-04)					
30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)  E: 2094.06 kcal, B: 68.12 g, T: 86.43 g, W: 277.38 g, Błonnik [g]: 38.01, Cukier [g]: 72.8, Sód [mg]: 2591.1, Kwasy tł. nas. [g]: 49.37	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
	<b>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Brzoskwinia 100g	<b>Zupa grysikowa 350g (09,01)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> <b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 90g (03,01)</b> <i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i> <b>Ziemniaki z koperkiem 180g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i> <b>Mizeria z jogurtem greckim 75g (07)</b> <i>(Ogórek świeży, Jogurt typu greckiego (07), Cytryna, Koper ogrodowy, Szczypiorek)</i> <b>Brokuł na parze z oliwa z oliwek 75g</b> <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i> <b>Kompot wielowocowy 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Kisiel truskawkowy 200g</b> <i>(Woda, Kisiel truskawkowy, bez cukru)</i>	Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g

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

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)</b></p> <p>E: <b>1234.51 kcal</b>, B: <b>53.15 g</b>, T: <b>35.9 g</b>, W: <b>183.91 g</b>, Błonnik [g]: <b>17.1</b>, Cukier [g]: <b>37.42</b>, Sód [mg]: <b>766.28</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.95</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 40g (03)</p> <p>Rzodkiewka 40g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Jabłko 80g</p>	<p><b>Rosół z makaronem 250g (09.01)</b> (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 30g (03.01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</p> <p><b>Sos majerankowy 40g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 100g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 80g</b> (Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 150g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 40g (07)</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem i owocami 100g (07)</b> (Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p>

\* - Podwieczerek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)</b></p> <p>E: <b>2598.85 kcal</b>, B: <b>114.57 g</b>, T: <b>85.82 g</b>, W: <b>360.26 g</b>, Błonnik [g]: <b>34.45</b>, Cukier [g]: <b>66.17</b>, Sód [mg]: <b>1932.29</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.18</b></p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g (03)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Rosół z makaronem 350g (09.01)</b> (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 90g (03.01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</p> <p><b>Sos majerankowy 120g (09)</b> (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana węgierska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony)</p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 180g</b> (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p><b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g</b> (Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07)</b> (Ryż biały, Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Niedziela (2026-07-05)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)</b></p> <p>E: <b>2504.02</b> kcal, B: <b>114.65</b> g, T: <b>102.61</b> g, W: <b>304.65</b> g, Błonnik [g]: <b>48.43</b>, Cukier [g]: <b>60.14</b>, Sód [mg]: <b>2462.69</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>46.74</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g (03)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Jabłko 160g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Rosół z makaronem pełnoziarnistym 350g (09)</b> <i>(Woda, Makaron penne pełnoziarnisty, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i></p> <p><b>Kotlet drobiowy, parowany 90g (03,01)</b> <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p><b>Sos majerankowy 100g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana węgarska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem 180g</b> <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Kapusta na ciepło (gotowanie) 75g</b> <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Salata z jogurtem 75g (07)</b> <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Chleb żytni razowy 60g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 10g (07)</p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 60g (11)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 1209.68 kcal, B: 56.87 g, T: 48.03 g, W: 146.53 g, Błonnik [g]: 16.41, Cukier [g]: 51.74, Sód [mg]: 1306.26, Kwasy tł. nas. [g]: 22.34</p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 200g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 40g (11) Ogórki konserwowe 40g (12,10) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Banan 65g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki</b> 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2.5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karotenyl) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 150g (07,03) <b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 40g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone)</i> <b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 40g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Olej rzepakowy)</i> <b>Kompot wieloowocowy</b> 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 100g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07) <b>Pasta z tuńczyka</b> 40g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Ogórek świeży 40g Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 150g</p>

\* - Podwieczerek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2414.17 kcal, B: 98.55 g, T: 102.3 g, W: 293.29 g, Błonnik [g]: 34.07, Cukier [g]: 98.72, Sód [mg]: 2723.85, Kwasy tł. nas. [g]: 48.38</p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 250g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01)) Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki</b> 350g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karotenyl) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 220g (07,03) <b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone) <b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 100g (09) (Seler korzeniowy (09), Jabłko, Olej rzepakowy) <b>Kompot wieloowocowy</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-jabłkowy 300g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Poniedziałek (2026-07-06)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)</b></p> <p>E: <b>2578.85</b> kcal, B: <b>105.48</b> g, T: <b>112.82</b> g, W: <b>302.89</b> g, Błonnik [g]: <b>36.83</b>, Cukier [g]: <b>98.23</b>, Sód [mg]: <b>3419.08</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>51.15</b></p>	<p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 250g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01)) Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11) Ogórek kiszony 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p><b>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki</b> 350g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Ogórek kiszony, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbata 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoten) ), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Leniwe pierogi z sera twarogowego (jaja kurze całe, ser biały twarogowy półtłusty, masło, cukier, mąka ziemniaczana, ) 220g (07,03) <b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki, mrożone) <b>Surówka z selera i jabłka z olejem roślinnym</b> 75g (Marchew, Jabłko, Olej rzepakowy) <b>Surówka z marchewki i brzoskwini</b> 75g (Marchew, Brzoskwinia, Oliwa z oliwek) <b>Kompot wieloowocowy</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Budyń śmietankowy</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta z tuńczyka</b> 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</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, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 1087.9 kcal, B: 58.31 g, T: 36.16 g, W: 141.28 g, Błonnik [g]: 16.38, Cukier [g]: 33.26, Sód [mg]: 1250.55, Kwasy tł. nas. [g]: 14.82</p>	<p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe) Wędlina drobiowa 40g Ogórek świeży 40g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Arbuz 50g</p>	<p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 250g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe) <b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie)</b> 100g (09) (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 100g (01) <b>Surówka z buraków</b> 80g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny) <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 100g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07) Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 40g Ketchup (ketchup) 15g Papryka świeża 40g Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami</b> 100g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>
<p>E: 2048.43 kcal, B: 92.54 g, T: 76.53 g, W: 262.87 g, Błonnik [g]: 28.5, Cukier [g]: 52.29, Sód [mg]: 2243.82, Kwasy tł. nas. [g]: 36.42</p>	<p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 250g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe) Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 350g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe) <b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie)</b> 120g (09) (Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny) Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180g (01) <b>Surówka z buraków</b> 100g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny) <b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 70g Ketchup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Budyń śmietankowy z owocami</b> 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Wtorek (2026-07-07)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)</b></p> <p>E: <b>2069.26 kcal</b>, B: <b>90.75 g</b>, T: <b>83.71 g</b>, W: <b>257.7 g</b>, Bionnik [g]: <b>36.55</b>, Cukier [g]: <b>50.02</b>, Sód [mg]: <b>2696.48</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.63</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki orkiszowe na mleku 250g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Arbuz 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym i natka pietruszki 350g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż brązowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz wieprzowy z jarzynami (duszenie) 120g (09)</b> <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Woda, Kminek cały, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180g (01)</p> <p><b>Surówka z ogórka kiszzonego 75g</b> <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p><b>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 75g</b> <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Galaretka malinowa, bez cukru 200g</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 70g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p><b>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>

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

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)</b></p> <p>E: <b>1081.4</b> kcal, B: <b>42.34</b> g, T: <b>47.17</b> g, W: <b>131.92</b> g, Błonnik [g]: <b>16.92</b>, Cukier [g]: <b>42.56</b>, Sód [mg]: <b>920.72</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.94</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 200g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Hummus pomidorowy 40g</p> <p>Papryka świeża 40g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Nektarynka 50g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Krem z papryki z groszkiem ptysiowym 250g (01,03,09)</b> (Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptysiowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży)</p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 100g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 100g</p> <p><b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 80g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 150g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Biszkopty (ciastka) 15g (01,03)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</p> <p>Rzodkiewka 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p><b>Dobry Posiłek</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 80g (07)</p> <p>Mus jagodowy 20g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2141.5 kcal, B: 76.99 g, T: 95.81 g, W: 262.3 g, Bionnik [g]: 33.86, Cukier [g]: 74.21, Sód [mg]: 1938.58, Kwasy tł. nas. [g]: 34.67</p>	<p><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane) Hummus pomidorowy 80g Papryka świeża 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Krem z papryki z groszkiem ptysiowym 350g (01,03,09)</b> (Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptysiowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży) <b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 120g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) Ziemniaki, gotowane 180g <b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny) <b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10) <b>sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy) Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus jagodowy 50g</p>

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	środa (2026-07-08)					
<p><b>30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)</b></p> <p>E: <b>2236.89</b> kcal, B: <b>81.43</b> g, T: <b>108.55</b> g, W: <b>257.7</b> g, Błonnik [g]: <b>43.42</b>, Cukier [g]: <b>65.79</b>, Sód [mg]: <b>2339.22</b>, Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.68</b></p>	<p><b>Śniadanie</b></p> <p><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>II Śniadanie</b></p> <p>Nektarynka 100g</p>	<p><b>Obiad</b></p> <p><b>Krem z papryki z groszkiem ptysiowym 350g (01,03,09)</b> (Woda, Papryka świeża, Pomidor, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek ptyśniowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Czosnek, Papryka w proszku, Tymianek świeży)</p> <p><b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 120g (03,01)</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana węgarińska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 180g</p> <p><b>Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g</b> (Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g</b> (Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p><b>Kompot wieloowocowy 250g</b> (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p><b>Podwieczorek*</b></p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p><b>Salatka z buraka sera fety i roszonek 100g (07)</b> (Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</p>	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</p> <p><b>salatka z kurczakiem i pomidorem 80g</b> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p><b>Posiłek nocny</b></p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</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

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
<b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 1-3 lata)</b>  E: 1243.19 kcal, B: 64.35 g, T: 38.72 g, W: 169.43 g, Błonnik [g]: 20.34, Cukier [g]: 43.94, Sód [mg]: 911.84, Kwasy tł. nas. [g]: 16.59	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10)</b> <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</i> Rzodkiewka 40g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 150g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko 80g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa fasolowa z ziemniakami 250g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 220g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wierzpowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 40g <b>Kompot z owoców mieszanych 150g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (07) Ogórek świeży 40g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	<b>Dobry Posiłek</b>  Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 100g (07) Banan 65g
<b>30.06-09.07.2026 dieta podstawowa (dzieci 3-18 lat)</b>  E: 2322.88 kcal, B: 109.77 g, T: 81.48 g, W: 306.35 g, Błonnik [g]: 37.58, Cukier [g]: 78.61, Sód [mg]: 1816.28, Kwasy tł. nas. [g]: 39.79	<b>Śniadanie</b>  <b>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b> <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>II Śniadanie</b>  Jabłko 160g	<b>Obiad</b>  <b>Zupa fasolowa z ziemniakami 350g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 280g</b> <i>(Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wierzpowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 100g <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	<b>Podwieczorek*</b>  Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	<b>Kolacja</b>  Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	<b>Dobry Posiłek</b>  Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07) Banan 130g

\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

Jadłospis	Czwartek (2026-07-09)					
30.06-09.07.2026 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (dzieci 3-18lat)  E: 2361.68 kcal, B: 107.41 g, T: 90.1 g, W: 303.17 g, Błonnik [g]: 45.87, Cukier [g]: 80.93, Sód [mg]: 1825.86, Kwasy tł. nas. [g]: 40.53	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Posiłek nocny
	<b>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01)</b> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b> <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jablko 160g	<b>Zupa fasolowa z ziemniakami 350g (09)</b> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, średnio, Fasola biała, nasiona suche, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> <b>Risotto z mięsem wierzprzowym i warzywami w sosie pomidorowym 280g</b> <i>(Ryż brązowy, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy, Olej rzepakowy)</i> Brukselka, gotowana 75g <b>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 75g</b> <i>(Ogórek świeży, Papryka świeża, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i> <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b> <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <b>mleka</b> ) 150g (07) Banan 130g

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

## **Drogi Pacjencie!**

W naszej kuchni używa się zboża zawierające: gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów.

Ze względu na sezonowość, wymiennie podawane są owoce:

- **sezon zima/wiosna:** mandarynka, pomarańcza, banan, gruszka, jabłko,
- **sezon lato/jesień:** truskawka, morela, brzoskwinia, nektarynka, arbuż, śliwka, jabłko, mandarynka, pomarańcza, banan, gruszka.

W jadłospisie cyframi zaznaczono alergeny występujące w posiłkach, zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Oto wykaz wszystkich alergenów:

1. **Zboża zawierające gluten** (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne.
2. **Skorupiaki** i produkty pochodne.
3. **Jaja** i produkty pochodne.
4. **Ryby** i produkty pochodne.
5. **Orzeszki ziemne (arachidowe)** i produkty pochodne.
6. **Soja** i produkty pochodne.
7. **Mleko** i produkty pochodne (łącznie z laktozą).
8. **Orzechy**, tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe, makadamia.
9. **Seler** i produkty pochodne.
10. **Gorczyca** i produkty pochodne.
11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne.
12. **Dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr (często oznaczane jako SO<sub>2</sub>).
13. **Łubin** i produkty pochodne.
14. **Mięczaki** i produkty pochodne.

Nasze jadłospisy opracowuje dietetyk mgr inż. Anna Motak

**Uwaga! Niniejszy załącznik stanowi integralną część jadłospisu stanowiącą informację dla pacjentów szpitala.**