

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2208.44 kcal, B: 100.73 g, T: 75.53 g, W: 298.32 g, Błonnik [g]: 31.13, Cukier [g]: 68.92, Sód [mg]: 6895.39, Kwasy tł. nas. [g]: 38.87</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z białej kapusty 100g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros 80g (07) (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2399.66 kcal, B: 109.94 g, T: 82.22 g, W: 320.86 g, Błonnik [g]: 28.49, Cukier [g]: 86.46, Sód [mg]: 6172.83, Kwasy tł. nas. [g]: 40.36</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem 80g (07) (Pomidor b/s, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (07)</p> <p>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2233.8 kcal, B: 110.98 g, T: 78.33 g, W: 292.58 g, Błonnik [g]: 40.53, Cukier [g]: 66.02, Sód [mg]: 6796.86, Kwasy tł. nas. [g]: 40.22</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż brązowy, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Brukselka, gotowana 75g</p> <p>Surówka z białej kapusty 73g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros 80g (07) (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2254.58 kcal, B: 92.8 g, T: 74.92 g, W: 317.77 g, Błonnik [g]: 27.89, Cukier [g]: 83.88, Sód [mg]: 6174.82, Kwasy tł. nas. [g]: 26.12</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 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>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 151g (Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2528.13 kcal, B: 132.36 g, T: 84.66 g, W: 325.24 g, Błonnik [g]: 28.82, Cukier [g]: 89.71, Sód [mg]: 6297.09, Kwasy tł. nas. [g]: 41.67</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) (Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Salatka a'la gyros z gotowanym kurczakiem 120g (07) (Pomidor b/s, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2498.82 kcal, B: 103.28 g, T: 110.15 g, W: 286.17 g, Błonnik [g]: 28.73, Cukier [g]: 87.79, Sód [mg]: 6440.47, Kwasy tł. nas. [g]: 49.48</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku z miodem i masłem 500g (07,01) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</p> <p>Pasta mięsna 150g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Indyk w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Woda, Mięso z indyka gotowane, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabeliana 500g (07) (Woda, Ziemniaki, późne, Szynka wieprzowa, gotowana, 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)), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Sól biała)</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 2139.24 kcal, B: 85.84 g, T: 116.35 g, W: 194.91 g, Błonnik [g]: 19.13, Cukier [g]: 63.09, Sód [mg]: 2745.11, Kwasy tł. nas. [g]: 53.4</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa pomidorowa zabieleną z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem 500g (09.07.03) (Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Żółtko jaja kurzego (03), Przecier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, 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)), Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 501g (Woda, Szynka wieprzowa, gotowana, Ryż biały, Marchew, 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, korzeń, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) (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>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru) Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2303.19 kcal, B: 86.21 g, T: 80.38 g, W: 328.71 g, Błonnik [g]: 35.53, Cukier [g]: 74.54, Sód [mg]: 6813.62, Kwasy tł. nas. [g]: 23.14</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01) (Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane (01)) Wędlina wieprzowa 60g Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe) Schab w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny) Ziemniaki, gotowane 200g Surówka z białej kapusty 100g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Mus owocowy jabłko brzoskwinia 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Salatka a'la gyros 80g (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy na napoju jaglanym (150g) z owocami (50g) 200g (Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru) Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2134.64 kcal, B: 97.76 g, T: 79.04 g, W: 276.13 g, Błonnik [g]: 33.98, Cukier [g]: 76.83, Sód [mg]: 6912.39, Kwasy tł. nas. [g]: 40.03</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p>Wędlina wieprzowa 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 400g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 150g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z białej kapusty 100g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros 80g (07) (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2406.11 kcal, B: 91.03 g, T: 78.81 g, W: 354.56 g, Błonnik [g]: 43.81, Cukier [g]: 80.14, Sód [mg]: 3162.07, Kwasy tł. nas. [g]: 37.92</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 60g (11)</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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 399g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Potrąwka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g (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 ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z białej kapusty 100g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</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;

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2258.4 kcal, B: 82.71 g, T: 85.84 g, W: 307.28 g, Błonnik [g]: 35.55, Cukier [g]: 103.67, Sód [mg]: 3796.46, Kwasy tł. nas. [g]: 41.95</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></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>Ogórki konserwowe 100g (12,10)</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>Woda 250g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (07), 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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Colesław 100g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna E: 2369.32 kcal, B: 80.73 g, T: 103.75 g, W: 292.56 g, Błonnik [g]: 28.48, Cukier [g]: 83.96, Sód [mg]: 2711.79, Kwasy tł. nas. [g]: 43.88	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</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>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Jablko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 294g (01,07) (Makaron bezjajeczny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, 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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Salata z oliwą 100g (Salata, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Kisiel malinowy 200g (Woda, Kisiel malinowy)</p> <p>Woda 250g</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>Twarożek z koperkiem 80g (07) (Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g (Marchewka mini (babe))</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2287.69 kcal, B: 93.4 g, T: 90.16 g, W: 294.76 g, Błonnik [g]: 41.63, Cukier [g]: 79.25, Sód [mg]: 3379.32, Kwasy tł. nas. [g]: 43.97</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</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>Rzodkiewka 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>Woda 250g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 400g (09) (Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem (gotowanie) 300g (07) (Makaron pełnoziarnisty, gotowany, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Colesław 75g (07) (Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kalafior, gotowany 75g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Kisiel malinowy 200g (Woda, Kisiel malinowy)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 1880.88 kcal, B: 82.59 g, T: 49.82 g, W: 290.15 g, Błonnik [g]: 29.34, Cukier [g]: 83.79, Sód [mg]: 2130.58, Kwasy tł. nas. [g]: 16.46</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Potrawka z kurczaka - gotowana 100g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Cukinia, Kalafior)</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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 300g (01,07) (Makaron bezglutenowy, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel malinowy 200g (Woda, Kisiel malinowy)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g (Marchewka mini (babe))</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa E: 2633.32 kcal, B: 102.69 g, T: 121.23 g, W: 296.92 g, Błonnik [g]: 28.88, Cukier [g]: 88.04, Sód [mg]: 3454.19, Kwasy tł. nas. [g]: 52.66	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></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>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Serek fromage light 80g (07)</p>	<p>Jablko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 294g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, 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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i></p> <p>Woda 250g</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>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</i></p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
31.05-09.06.2026 dieta papkowata	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2093.04 kcal, B: 86.41 g, T: 84.5 g, W: 259.59 g, Błonnik [g]: 27.48, Cukier [g]: 86.79, Sód [mg]: 1681.99, Kwasy tł. nas. [g]: 26.73</p>	<p>Płatki jaglane na mleku z miodem i masłem 500g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</i></p> <p>Potrawka z kurczaka - gotowana 150g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Cukinia, Kalafior, Woda)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g Woda 250g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Szpinak, 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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i> Woda 250g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 500g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1879.01 kcal, B: 56.12 g, T: 101.72 g, W: 194.5 g, Błonnik [g]: 28.6, Cukier [g]: 79.18, Sód [mg]: 1602.98, Kwasy tł. nas. [g]: 47.94</p>	<p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa 500g (09,03,07) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, gotowane, Mięso z indyka gotowane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), 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>Mus owocowy 100% (jabł, banan, trusk, march) 200g Woda 250g</p>	<p>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03,07) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ziemniaki, gotowane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i> Woda 250g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 500g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza kuskus (01), Dynia, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2118.54 kcal, B: 54.55 g, T: 79.84 g, W: 314.4 g, Błonnik [g]: 35.56, Cukier [g]: 95.14, Sód [mg]: 4078.73, Kwasy tł. nas. [g]: 23.47</p>	<p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g (<i>Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane</i>) 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 Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 400g (09) (<i>Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe</i>) Makaron ze szpinakiem i śmietanką wege (gotowanie) 214g (01) (<i>Makaron bezjajeczny, gotowany (01), 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>) Colesław 100g (<i>Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cukier, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Kisiel malinowy 200g (<i>Woda, Kisiel malinowy</i>) Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2246.44 kcal, B: 75.24 g, T: 89.56 g, W: 302.84 g, Błonnik [g]: 39.52, Cukier [g]: 108.53, Sód [mg]: 3785.43, Kwasy tł. nas. [g]: 42.04</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</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>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>Woda 250g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 400g (09) (Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i serem (gotowanie) 300g (07) (Makaron bezglutenowy, gotowany, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (07), 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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Colesław 100g (07) (Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Kisiel malinowy 200g (Woda, Kisiel malinowy)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska E: 2241.4 kcal, B: 80.91 g, T: 83.54 g, W: 308.38 g, Błonnik [g]: 37.65 , Cukier [g]: 104.07 , Sód [mg]: 4168.46 , Kwasy tł. nas. [g]: 35.79	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki sojowe 100g Ketchup (ketchup) 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g Woda 250g	Kapusiak z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i> Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 300g (01,07) <i>(Makaron bezglutenowy, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (07), Śmietana wegańska 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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Colesław 100g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i> Woda 250g	Chleb graham 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 czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g Woda 250g

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

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2458.53 kcal, B: 101.73 g, T: 95.21 g, W: 316.88 g, Błonnik [g]: 36.96, Cukier [g]: 58.91, Sód [mg]: 4076.61, Kwasy tł. nas. [g]: 43.37</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</i></p> <p>Sos śmietanowy 150g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 100g (12,10) <i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</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>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</i></p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2582.9 kcal, B: 101.38 g, T: 95.1 g, W: 343.1 g, Błonnik [g]: 26.23, Cukier [g]: 76.01, Sód [mg]: 3419.4, Kwasy tł. nas. [g]: 48.66</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Salata)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) (Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</p> <p>Sos śmietanowy 150g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z buraków 100g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</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>Woda 250g</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>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2666.63 kcal, B: 122.24 g, T: 126.25 g, W: 281.8 g, Błonnik [g]: 41.98, Cukier [g]: 49.77, Sód [mg]: 4431.75, Kwasy tł. nas. [g]: 60.61</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z grzankami razowymi 400g (09,01) <i>(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemiaki, późne, Chleb pszenny graham (mąka pszenna graham (typ 1850), woda, sól, drożdże) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</i></p> <p>Sos śmietanowy 150g <i>(Woda, Śmietana wegańska 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemiaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 75g (12,10) <i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 75g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Pieczywo chrupkie kukurydziane 20g (01)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 60g (03)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2415.42 kcal, B: 96.68 g, T: 78.94 g, W: 343.07 g, Błonnik [g]: 27.56, Cukier [g]: 76.09, Sód [mg]: 3773.28, Kwasy tł. nas. [g]: 32.32	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04))</i></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>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</i></p> <p>Sos koperkowy 150g <i>(Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 100g <i>(Buraki, Sól biała)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Sucharki (mąka pszenna (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka), glukoza, ekstrakt słodowy jęczmienny, drożdże, gluten pszenny, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy) 30g (01,07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</i></p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2777.45 kcal, B: 124.03 g, T: 105.95 g, W: 345.01 g, Błonnik [g]: 26.77, Cukier [g]: 76.76, Sód [mg]: 4319.1, Kwasy tł. nas. [g]: 50.99</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Salata)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) (Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</p> <p>Sos śmietanowy 150g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka z buraków 100g (Buraki, Cebula, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</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>Woda 250g</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>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Pasta mięsna 80g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2218.67 kcal, B: 117.06 g, T: 69.91 g, W: 290.19 g, Błonnik [g]: 25.5, Cukier [g]: 88.06, Sód [mg]: 2839.83, Kwasy tł. nas. [g]: 32.1</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 500g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</p> <p>Pasta z tuńczyka 150g (04,07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04))</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) (Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g (Buraki, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (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>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały) Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1909.76 kcal, B: 79.23 g, T: 107.35 g, W: 166.67 g, Błonnik [g]: 21.57, Cukier [g]: 60.2, Sód [mg]: 1267.62, Kwasy tł. nas. [g]: 49.21</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 499g (09,01,07) (Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (01), Ziemniaki, średnio, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (09,03,07) (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana wegańska 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)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru) Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2551.53 kcal, B: 90.69 g, T: 104.33 g, W: 330.14 g, Błonnik [g]: 38.43, Cukier [g]: 52.03, Sód [mg]: 4033.39, Kwasy tł. nas. [g]: 25.76</p>	<p>Płatki gryczane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Papryka czerwona 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>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) <i>(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</i></p> <p>Sos śmietanowy 150g <i>(Woda, 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)), Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 100g (12,10) <i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p> <p>Woda 250g</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>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Wędlina wieprzowa 30g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem roślinnym (150g) i musem owocowym (50g) 250g (06) <i>(Jogurt naturalny sojowy (06), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</i></p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2384.87 kcal, B: 93.78 g, T: 98.15 g, W: 299.19 g, Błonnik [g]: 34.18, Cukier [g]: 61.15, Sód [mg]: 4032.67, Kwasy tł. nas. [g]: 43.31</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g Woda 250g</p>	<p>Zupa krem z brokuła z grzankami bezglutenowymi 400g (09) <i>(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb bezglutenowy, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 120g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</i></p> <p>Sos śmietanowy 150g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g Surówka wiosenna z sosem vinegrett 100g (12,10) <i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01) Woda 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Ser żółty 40g (07) Ogórek świeży (długi) 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</i> Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2551.45 kcal, B: 86.57 g, T: 109.67 g, W: 325.8 g, Błonnik [g]: 39.84, Cukier [g]: 61.35, Sód [mg]: 3529.93, Kwasy tł. nas. [g]: 49.25</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p>Serek grani (ziarna twarogowe (z mleka), śmietanka (z mleka) , sól) 150g (07)</p> <p>Papryka czerwona 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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z grzankami 400g (09,01) (Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kotlet warzywno - serowym (pieczenie) 120g (09,01,03,07) (Włoszczyzna świeża (09), Ser żółty (07), Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Bułka tarta (01))</p> <p>Ziemniaki, gotowane 200g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 100g (12,10) (Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</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>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</p> <p>Woda 250g</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, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2199.1 kcal, B: 95.62 g, T: 87.66 g, W: 274.89 g, Błonnik [g]: 35.47, Cukier [g]: 57.13, Sód [mg]: 3124.72, Kwasy tł. nas. [g]: 38.53</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 50g (03)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 150g <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka brzoskwińowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 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>Dobry Posilek</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2356.61 kcal, B: 108.64 g, T: 93.96 g, W: 284.55 g, Błonnik [g]: 29.81, Cukier [g]: 56.16, Sód [mg]: 3322.76, Kwasy tł. nas. [g]: 41.18</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 300g (01.07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) (Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</p> <p>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 150g (Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 100g (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)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka brzoskwiowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2213.44 kcal, B: 97.77 g, T: 94.06 g, W: 262.74 g, Błonnik [g]: 37.17, Cukier [g]: 53.53, Sód [mg]: 3480.73, Kwasy tł. nas. [g]: 39.88</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza jaglana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza jaglana)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 50g (03)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 150g <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Surówka z ogórka kiszonego 100g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 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>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka brzoskwiowa, bez cukru 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 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>Dobry Posilek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2281.51 kcal, B: 108.99 g, T: 85.12 g, W: 285.4 g, Błonnik [g]: 30.24, Cukier [g]: 56.99, Sód [mg]: 3474.13, Kwasy tł. nas. [g]: 25.14	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Kasza manna na mleku 300g (01.07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p> <p>Brokuły, gotowane 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny (mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g Woda 250g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 150g <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Galaretki brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny (mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek wiejski lekki 150g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01) Pasta warzywna 80g Sałata 15g Woda 250g</p>

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

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2536.01 kcal, B: 134.52 g, T: 101.08 g, W: 287.51 g, Błonnik [g]: 29.81, Cukier [g]: 58.72, Sód [mg]: 3836.16, Kwasy tł. nas. [g]: 44.36</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 300g (01.07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</p> <p>Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) (Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</p> <p>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 150g (Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 100g (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)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Salata 15g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
31.05-09.06.2026 dieta papkowata E: 2202.18 kcal, B: 116 g, T: 81.95 g, W: 265.18 g, Błonnik [g]: 25.33, Cukier [g]: 65.03, Sód [mg]: 2236.82, Kwasy tł. nas. [g]: 35.84	Śniadanie Kasza manna na mleku z miodem i masłem 500g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</i> Pasta z białek jaj i szynki 150g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g Woda 250g	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Gulasz wieprzowy, duszony 150g <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i> Kasza gryczana, gotowana 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Galaretką brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g	Kolacja Zupa koperkowa z ryżem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (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)), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i>	Dobry Posiłek Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> Woda 250g
31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona E: 1865.82 kcal, B: 67.55 g, T: 105.66 g, W: 173.76 g, Błonnik [g]: 20.64, Cukier [g]: 57.97, Sód [mg]: 816.57, Kwasy tł. nas. [g]: 37.22	Śniadanie Krem z batata z kaszą kukurydzianą i mięsem, zabielenia 500g (01,03,09,07) <i>(Woda, Pomidor b/s, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Batat (ziemniak słodki), Kasza kukurydziana, 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)), 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), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Papryka w proszku, Tymianek świeży)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	II Śniadanie Mus owocowy jabłko brzoskwinia 200g Woda 250g	Obiad Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (09,03) <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> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Kisiel jagodowy 200g <i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> Woda 250g	Kolacja Zupa koperkowa z ryżem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Olej rzepakowy, Żółtko jaja kurzego (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)), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Dobry Posiłek Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2134.65 kcal, B: 82.05 g, T: 81.52 g, W: 286.91 g, Błonnik [g]: 36.28, Cukier [g]: 52.04, Sód [mg]: 3125.2, Kwasy tł. nas. [g]: 19.34</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na napoju jaglanym 300g (01) (<i>Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Kasza manna (01)</i>) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek świeży (długi) 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</i>) Gulasz wieprzowy, duszony 150g (<i>Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku</i>) Kasza gryczana, gotowana 200g Surówka z ogórka kiszzonego 100g (<i>Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka brzoskwiowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta mięsna 80g (<i>Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy</i>) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01) Pasta warzywna 80g Rzodkiewka 50g Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2167.9 kcal, B: 88.06 g, T: 91.8 g, W: 265.41 g, Błonnik [g]: 35.77, Cukier [g]: 65.05, Sód [mg]: 3162.52, Kwasy tł. nas. [g]: 38.81</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza jaglana na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza jaglana</i>) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek świeży (długi) 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe</i>) Gulasz wieprzowy, duszony 150g (<i>Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku</i>) Kasza gryczana, gotowana 200g Surówka z ogórka kiszzonego 100g (<i>Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka brzoskwiowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01) Pasta warzywna 80g Rzodkiewka 50g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska E: 2159.77 kcal, B: 81.51 g, T: 84.95 g, W: 286.32 g, Błonnik [g]: 37.77, Cukier [g]: 60.52, Sód [mg]: 3081.98, Kwasy tł. nas. [g]: 36.89	Śniadanie Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek świeży (długi) 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	II Śniadanie Jablko 160g Woda 250g	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Gulasz z soczewicy (gotowanie) 150g <i>(Pomidor, Cukinia, Pieczarki, świeże, Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Por, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy)</i> Kasza gryczana, gotowana 200g Surówka z ogórka kiszzonego 100g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Galaretka brzoskwiowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g	Kolacja Chleb graham 90g (01) 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	Dobry Posiłek Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01) Pasta warzywna 80g Rzodkiewka 50g Woda 250g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 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	Czwartek (2026-06-04)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2599.99 kcal, B: 104.93 g, T: 113.13 g, W: 310.48 g, Blonnik [g]: 44.47, Cukier [g]: 81.57, Sód [mg]: 2670.35, Kwasy tł. nas. [g]: 45.42</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 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>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01) <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 (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03,10) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i> Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka jarzynowa 120g (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> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie)</i> (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna E: 2259.96 kcal, B: 103.41 g, T: 72.64 g, W: 309.3 g, Błonnik [g]: 26.96, Cukier [g]: 88.03, Sód [mg]: 2447.59, Kwasy tł. nas. [g]: 37.53	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Zupa warzywna z cukinią i z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jaglana, Kasza kuskus (01), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</i> Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Śmietana wegarińska 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)), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i> Ziemniaki purée 200g Kalafior, gotowany 100g Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i> Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem natralnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2406.06 kcal, B: 103.68 g, T: 95.89 g, W: 303.33 g, Błonnik [g]: 45.03, Cukier [g]: 75.14, Sód [mg]: 2801.32, Kwasy tł. nas. [g]: 40.21</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 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>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Chleb graham (01), Jaja kurcze 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> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 75g (03,10) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny)</i> Kalafior, gotowany 75g Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy, bez cukru)</i> Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurcze 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> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mandarynki 70g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2217.44 kcal, B: 104.52 g, T: 67.32 g, W: 309.59 g, Błonnik [g]: 26.99, Cukier [g]: 88.12, Sód [mg]: 2501.03, Kwasy tł. nas. [g]: 24.28</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa warzywna z cukinią i z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jaglana, Kasza kuskus (01), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</i></p> <p>Pulpety drobiowe w sosie zielowym (gotowanie) 150g (03,01) <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 purée 200g</p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem natralnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2405.46 kcal, B: 119.91 g, T: 80.14 g, W: 312.3 g, Błonnik [g]: 26.96, Cukier [g]: 90.28, Sód [mg]: 2867.59, Kwasy tł. nas. [g]: 42.78</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i></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 pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa warzywna z cukinią i z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jaglana, Kasza kuskus (01), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</i></p> <p>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Śmietana wegarińska 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 (karoteny)), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Kalafior, gotowany 100g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka jarzynowa z białek jaj z jogurtem natralnym 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2088.64 kcal, B: 113.52 g, T: 71.5 g, W: 255.33 g, Błonnik [g]: 24.81, Cukier [g]: 91.78, Sód [mg]: 1372.39, Kwasy tł. nas. [g]: 35.61</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jęczmienne na mleku z miodem i masłem 500g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczoły, Płatki jęczmienne (01))</p> <p>Twarożek z koperkiem 150g (07) (Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa warzywna z cukinią i z kaszą kuskus 400g (09,01) (Woda, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza jaglana, Kasza kuskus (01), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</p> <p>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03,01) (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Białko jaja kurzego (03), Bułka pszenna zwykła (01), Śmietana wegańska 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)), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki purée 200g Kalafior, gotowany 100g Kompot wielowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (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)</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 2071.25 kcal, B: 74.96 g, T: 115.7 g, W: 189.99 g, Błonnik [g]: 25.09, Cukier [g]: 82.41, Sód [mg]: 1258.66, Kwasy tł. nas. [g]: 49.8</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 455g (09,01,07) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Dynia, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Kasza kuskus (01), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa warzywna z cukinią, kaszą kuskus, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03,07) (Woda, Cukinia, Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Kasza jaglana, Kasza kuskus (01), Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)</p> <p>Kompot wielowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ziemniaki, gotowane, Olej rzepakowy, Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2442.3 kcal, B: 89.06 g, T: 96.77 g, W: 321.93 g, Błonnik [g]: 45.69, Cukier [g]: 69.8, Sód [mg]: 2871.63, Kwasy tł. nas. [g]: 22.3</p>	<p>Płatki jęczmienne na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jęczmienne (01))</i> Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g 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>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym na śmietance wege (gotowanie) 150g (03,01) <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 (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03,10) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń waniliowy na napoju jaglanym 200g <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i> Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Salatka jarzynowa 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> Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Olej rzepakowy)</i> Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny sojowy 150g (06) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2385.28 kcal, B: 95.61 g, T: 101.8 g, W: 289.54 g, Błonnik [g]: 36.54, Cukier [g]: 80.57, Sód [mg]: 2612.13, Kwasy tł. nas. [g]: 40.7</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki ryżowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki ryżowe, błyskawiczne)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Rzodkiewka 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Krem z zielonego groszku z kaszą jaglaną 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza jaglana, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 150g (03) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, 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)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03,10) <i>(Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka jarzynowa 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>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2554.77 kcal, B: 91.49 g, T: 106.02 g, W: 332.66 g, Błonnik [g]: 51.46, Cukier [g]: 85.5, Sód [mg]: 2335.05, Kwasy tł. nas. [g]: 43.36</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01)) Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 60g (11) Rzodkiewka 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>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 400g (09,01) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała) Pulpety z soczewicy w sosie śmietanowym (gotowanie) 146g (01,03) (Marchew, Pietruszka, korzeń, Jaja kurze całe (03), Soczewica czerwona, nasiona suche, Woda, Śmietana wegańska 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)), Bułka tarta (01), Koper ogrodowy, Pieprz ziółowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki)) Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03,10) (Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Budyń waniliowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką) Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (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) Ser twarogowy (twaróg) półtusty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g</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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2339.17 kcal, B: 81.61 g, T: 96.45 g, W: 302.31 g, Błonnik [g]: 35.56, Cukier [g]: 89.68, Sód [mg]: 3949.54, Kwasy tł. nas. [g]: 50.41</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</i></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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Dorsz parowany 120g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i></p> <p>Sos koperkowy 150g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) <i>(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2463.53 kcal, B: 94.35 g, T: 98.7 g, W: 311.91 g, Błonnik [g]: 27.39, Cukier [g]: 90.26, Sód [mg]: 4427.36, Kwasy tł. nas. [g]: 51.15</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p>Jajecznica z białek jaj z szynką 100g (03,07) (Białko jaja kurzego (03), Wędlna wieprzowa, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Dorsz parowany 120g (04) (Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz zieleny, Sól biała)</p> <p>Sos koperkowy 150g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) (Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g (Woda, Kisiel owoce leśne)</p> <p>Woda 250g</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>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów E: 2249.18 kcal, B: 82.23 g, T: 92.27 g, W: 291.24 g, Błonnik [g]: 38.15, Cukier [g]: 81.57, Sód [mg]: 3514.13, Kwasy tł. nas. [g]: 49.89	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</i> Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	II Śniadanie Jabłko 160g Woda 250g	Obiad Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 398g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż brązowy, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Dorsz parowany 120g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i> Sos koperkowy 150g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i> Surówka z kiszanej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz czarny)</i> Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 75g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	Podwieczorek* Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i> Woda 250g	Kolacja Chleb graham 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Serek śmietankowy naturalny 80g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Dobry Posiłek Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g Woda 250g

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2347.02 kcal, B: 94.02 g, T: 85.72 g, W: 312.66 g, Błonnik [g]: 27.88, Cukier [g]: 90.48, Sód [mg]: 4707.6, Kwasy tł. nas. [g]: 34.16</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Jajecznicza z białek jaj z szynką 100g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa, Szczypiorek, Masło roślinne MR)</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior)</i></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>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Dorsz parowany 120g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i></p> <p>Sos koperkowy 150g <i>(Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) <i>(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2743.97 kcal, B: 124.75 g, T: 114.92 g, W: 315.21 g, Blonnik [g]: 27.52, Cukier [g]: 92.81, Sód [mg]: 5072.58, Kwasy tł. nas. [g]: 57.64</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p>Jajecznica z białek jaj z szynką 100g (03,07) (Białko jaja kurzego (03), Wędlna wieprzowa, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Twarożek z koperkiem 80g (07) (Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</p>	<p>Jabłko parowane 160g Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Dorsz parowany 120g (04) (Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziołowy, Sól biała)</p> <p>Sos koperkowy 150g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) (Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g (Woda, Kisiel owoce leśne) Woda 250g</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>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Wędlna wieprzowa 60g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 1921.57 kcal, B: 98.69 g, T: 74 g, W: 227.4 g, Błonnik [g]: 22, Cukier [g]: 74.69, Sód [mg]: 3480, Kwasy tł. nas. [g]: 33.09</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku z miodem i masłem 500g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</p> <p>Jajecznica z białek jaj z szynką 150g (03) (Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa, Szczypiorek, Masło roślinne MR)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Dorsz parowany 120g (04) (Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) (Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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)), Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g (Woda, Kisiel owoce leśne) Woda 250g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Szpinak, Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Jabłko parowane 50g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1855.07 kcal, B: 68.99 g, T: 98.04 g, W: 181.84 g, Błonnik [g]: 21.02, Cukier [g]: 61.75, Sód [mg]: 2300.09, Kwasy tł. nas. [g]: 28.82</p>	<p>Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabelana 501g (07) <i>(Woda, Szyńka wieprzowa, gotowana, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 200g Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa zabelana z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem 500g (09.07.03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ryż biały, gotowany, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Przecier pomidorowy, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorb 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i> Woda 250g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09.03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Szpinak, Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Olej rzepakowy, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus jabłkowo-morelowy 50g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2161.37 kcal, B: 78.39 g, T: 75.49 g, W: 306.54 g, Błonnik [g]: 37.05, Cukier [g]: 80.45, Sód [mg]: 4261.81, Kwasy tł. nas. [g]: 21.52</p>	<p>Kasza kukurydziana na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Kasza kukurydziana)</i> Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g <u>(03)</u> <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło roślinne MR)</i> Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko 160g Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g <u>(09)</u> <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Dorsz parowany 120g <u>(04)</u> <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i> Sos koperkowy 150g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i> Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g <u>(01)</u> <i>(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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, Cukier, Sól biała)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i> Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g <u>(01)</u> Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny sojowy 150g <u>(06)</u> Musli bezglutenowe 50g Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2284.07 kcal, B: 74.39 g, T: 100.61 g, W: 285.61 g, Błonnik [g]: 34.17, Cukier [g]: 95.53, Sód [mg]: 3988.99, Kwasy tł. nas. [g]: 50.58</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) (Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Dorsz parowany 120g (04) (Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</p> <p>Sos koperkowy 150g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (Marchew, 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, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owoce leśne 200g (Woda, Kisiel owoce leśne)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2424.74 kcal, B: 75.77 g, T: 92.96 g, W: 343.22 g, Błonnik [g]: 46.86, Cukier [g]: 94.84, Sód [mg]: 3117.22, Kwasy tł. nas. [g]: 48.63</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</i></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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przecier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Fasolka z pomidorami 150g <i>(Fasola biała, nasiona suche, Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana wegańska 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)), Groszek zielony, Koncentrat pomidorowy, 30%, Woda, Pieprz ziółowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) <i>(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), Śmietana wegańska 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)), Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2395.97 kcal, B: 89.79 g, T: 101.6 g, W: 299.9 g, Błonnik [g]: 37.98, Cukier [g]: 63.14, Sód [mg]: 4504.12, Kwasy tł. nas. [g]: 47.34</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany, słonecznikowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Leczo wegańskie z cieciorą, cukinią i pomidorami (gotowanie) 150g <i>(Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (09,07) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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) 120g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2561.26 kcal, B: 99.74 g, T: 102.17 g, W: 326.53 g, Błonnik [g]: 29.34, Cukier [g]: 80.86, Sód [mg]: 3698.85, Kwasy tł. nas. [g]: 48.2</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Leczo wielowarzywne (gotowanie) 150g (09) <i>(Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, 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) 120g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Salata)</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 50g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2445.33 kcal, B: 96.24 g, T: 104.51 g, W: 302.75 g, Błonnik [g]: 46.31, Cukier [g]: 63.02, Sód [mg]: 4492.34, Kwasy tł. nas. [g]: 47.82</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Pasta mięsna 80g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany, słonecznikowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Leczo wegańskie z cieciorą, cukinią i pomidorami (gotowanie) 150g (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora surowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</p> <p>Ryż brązowy, gotowany 200g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 75g (09,07) (Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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) 120g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2194.96 kcal, B: 95.14 g, T: 66.67 g, W: 319.61 g, Błonnik [g]: 30.41, Cukier [g]: 79.73, Sód [mg]: 2941.78, Kwasy tł. nas. [g]: 23.72</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Pasta mięsna 80g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Pomidor b/s 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>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Leczo wielowarzywne (gotowanie) 150g (09) (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Majeranek suszony)</p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Potrąwka z kurczaka - gotowana 100g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Cukinia, Kalafior)</p> <p>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 50g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2817.26 kcal, B: 116.9 g, T: 121.01 g, W: 330.93 g, Błonnik [g]: 29.62, Cukier [g]: 84.58, Sód [mg]: 4019.25, Kwasy tł. nas. [g]: 60.79</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Pasta mięsna 80g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Leczo wielowarzywne (gotowanie) 150g (09) (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Majeranek suszony)</p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot wielowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 120g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Salata z jogurtem 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) (Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor b/s 50g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2249.94 kcal, B: 104.79 g, T: 80.2 g, W: 287.55 g, Błonnik [g]: 28.05, Cukier [g]: 87.62, Sód [mg]: 3028.64, Kwasy tł. nas. [g]: 35.06</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku z miodem i masłem 500g (01,07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</p> <p>Pasta mięsna 150g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami i mięsem drobiowym 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Leczo wielowarzywne (gotowanie) 150g (09) (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Oliwa z oliwek, Majeranek suszony)</p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior)</p> <p>Kompot wielowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,01,03) (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>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Mus bananowy 50g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1832.79 kcal, B: 78.82 g, T: 93.06 g, W: 181.92 g, Błonnik [g]: 24.59, Cukier [g]: 60.87, Sód [mg]: 2065.47, Kwasy tł. nas. [g]: 34.68</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa selerowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09.03.07) (Woda, Szynka wieprzowa, gotowana, Seler korzeniowy (09), Ziemiaki, późne, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 500g (09.01) (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa brokułowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09.03) (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemiaki, średnio, Brokuły, Mięso z indyka gotowane, Olej rzepakowy, Żółtko jaja kurzego (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)), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru) Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2492.07 kcal, B: 62.98 g, T: 111.53 g, W: 334.13 g, Błonnik [g]: 47.77, Cukier [g]: 70.04, Sód [mg]: 4398.8, Kwasy tł. nas. [g]: 27.72</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g (01) (Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki żytnie (01)) Pasta mięsna 80g (Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy) Ogórek kiszony 100g Masło roślinne MR 20g Chleb mieszany, słonecznikowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemiaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała) Leczo wegańskie z cieciorką, cukinią i pomidorami (gotowanie) 150g (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony) Ryż biały, gotowany 200g Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (09) (Seler korzeniowy (09), Jabłko, Oliwa z oliwek) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Mus owocowy jabłko brzoskwinia 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb żytni razowy 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) 120g Kecup (ketchup) 15g Ogórek świeży (długi) 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Hummus klasyczny 80g Pomidor 50g Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01) Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2346.17 kcal, B: 86.43 g, T: 102.65 g, W: 286.22 g, Błonnik [g]: 33.75, Cukier [g]: 66.08, Sód [mg]: 4357.72, Kwasy tł. nas. [g]: 47.2</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza jaglana na mleku 300g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza jaglana)</p> <p>Pasta mięsna 80g (Szyńka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</p> <p>Ogórek kiszony 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>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Leczo wegańskie z cieciorą, cukinią i pomidorami (gotowanie) 150g (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (09,07) (Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</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) 120g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2396.02 kcal, B: 86.9 g, T: 102.11 g, W: 299.35 g, Błonnik [g]: 39.96, Cukier [g]: 62.92, Sód [mg]: 4833.02, Kwasy tł. nas. [g]: 44.97</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany, słonecznikowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Leczo wegańskie z cieciorą, cukinią i pomidorami (gotowanie) 150g (Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</p> <p>Ryż biały, gotowany 200g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (09,07) (Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Parówki sojowe 120g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>

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

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

Jadłospis	Niedziela (2026-06-07)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2591.99 kcal, B: 109.22 g, T: 82.3 g, W: 373.47 g, Błonnik [g]: 38.47, Cukier [g]: 69.57, Sód [mg]: 2151.71, Kwasy tł. nas. [g]: 41.47</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2541.36 kcal, B: 116.03 g, T: 66.93 g, W: 384.45 g, Błonnik [g]: 29.74, Cukier [g]: 75.42, Sód [mg]: 2299.38, Kwasy tł. nas. [g]: 35.11</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Salata 15g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</p>

Jadłospis	Niedziela (2026-06-07)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2537.55 kcal, B: 113.51 g, T: 102.05 g, W: 313.43 g, Błonnik [g]: 44.33, Cukier [g]: 67.46, Sód [mg]: 3024.07, Kwasy tł. nas. [g]: 44.44</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Pieczyczo chrupkie jaglane 20g (01)</p> <p>Hummus klasyczny 80g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2467.96 kcal, B: 118.79 g, T: 56.52 g, W: 386.25 g, Błonnik [g]: 31.05, Cukier [g]: 75.38, Sód [mg]: 1979.62, Kwasy tł. nas. [g]: 20.01</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Brokuły, gotowane 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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Niedziela (2026-06-07)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2684.16 kcal, B: 140.41 g, T: 71.41 g, W: 385.69 g, Błonnik [g]: 29.74, Cukier [g]: 76.26, Sód [mg]: 3099.18, Kwasy tł. nas. [g]: 36.47</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Salata 15g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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 twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2324.01 kcal, B: 122.36 g, T: 62.64 g, W: 334.89 g, Błonnik [g]: 31.21, Cukier [g]: 77.08, Sód [mg]: 1356.2, Kwasy tł. nas. [g]: 31.31</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku z miodem i masłem 500g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli)</i></p> <p>Pasta z białek jaj i sera 150g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini (babe))</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa brokułowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Brokuły, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), 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>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-06-07)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 2015.49 kcal, B: 66.44 g, T: 120.92 g, W: 179.63 g, Błonnik [g]: 25.35, Cukier [g]: 80.74, Sód [mg]: 1416.63, Kwasy tł. nas. [g]: 52.16</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa krem z białych warzyw z mięsem gotowanymi i żółtkiem 500g <u>(09,03,07)</u> (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <u>(09)</u>, Filety z kurczaka, gotowane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u>) <u>(07)</u>, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus owocowy jabłko brzoskwinia 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa zacierkowa z mięsem gotowanymi i z natką pietruszki 496g <u>(09,01,03,07)</u> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <u>(09)</u>, Białko jaja kurzego <u>(03)</u>, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u>) <u>(07)</u>, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Mąka pszenna, typ 550 <u>(01)</u>, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń waniliowy 200g <u>(07)</u> (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń waniliowy ze śmietanką) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem 500g <u>(09,03)</u> (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona <u>(09)</u>, Zupa jarzynowa, mrożona <u>(09)</u>, Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Olej rzepakowy, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2382.72 kcal, B: 99.91 g, T: 69.33 g, W: 358.43 g, Błonnik [g]: 39.22, Cukier [g]: 50.94, Sód [mg]: 2345.32, Kwasy tł. nas. [g]: 20.3</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na napoju jaglanym 300g (Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki orkiszowe) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g <u>(03,10)</u> (Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Szczypiorek, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko <u>jaja</u>, ocet, musztarda (woda, <u>gorczyca</u>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) <u>(03,10)</u>) Ogórek świeży (długi) 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g <u>(01)</u> Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g <u>(09,01)</u> (Woda, Makaron bezjajeczny <u>(01)</u>, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała) Kotlet drobiowy, parowany 120g <u>(03,01)</u> (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Bułka tarta <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy) Ziemniaki purée 200g Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Wafle ryżowe 30g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka <u>żytnia</u> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <u>żytni</u> (mąka + woda) oraz sól) 90g <u>(01)</u> Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem roślinnym (150g) i owocami (50g) 200g <u>(06)</u> (Jogurt naturalny sojowy <u>(06)</u>, Ryż biały, Truskawki) Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-06-07)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2525.11 kcal, B: 100.86 g, T: 88.11 g, W: 350.16 g, Błonnik [g]: 39.28, Cukier [g]: 62.57, Sód [mg]: 2210.67, Kwasy tł. nas. [g]: 43.12</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Ryż na mleku 400g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Ryż biały, gotowany)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 400g (09) <i>(Woda, Makaron bezglutenowy, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 120g (03) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2655.5 kcal, B: 92.19 g, T: 90.57 g, W: 388.81 g, Błonnik [g]: 42.47, Cukier [g]: 70.13, Sód [mg]: 2705.21, Kwasy tł. nas. [g]: 41.92</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 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), Sól biała)</i></p> <p>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01) <i>(Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta (01), Jaja kurze całe (03), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki purée 200g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Woda 250g</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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2549.62 kcal, B: 115.27 g, T: 114.02 g, W: 282.54 g, Błonnik [g]: 31.7, Cukier [g]: 63.99, Sód [mg]: 3614.79, Kwasy tł. nas. [g]: 51.55</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe (03), Śmietana wiegarińska 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, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 300g (01,03) <i>(Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretkę malinową (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 120g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p> pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</i> Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2630.21 kcal, B: 103.19 g, T: 114.77 g, W: 309.61 g, Błonnik [g]: 24.64, Cukier [g]: 78.92, Sód [mg]: 2657.27, Kwasy tł. nas. [g]: 49.73</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane) Wędlina wieprzowa 60g Kalafior, gotowany 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb pszenny (mąka pszena⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 283g (01,03) (Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała) Salata z oliwą 100g (Salata, Oliwa z oliwek) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny (mąka pszena⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) (Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek) Serek śmietankowy naturalny 40g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Brokuły, gotowane 100g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany) Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów E: 2577.49 kcal, B: 118.91 g, T: 111.8 g, W: 290.31 g, Błonnik [g]: 39.53, Cukier [g]: 74.83, Sód [mg]: 3598.91, Kwasy tł. nas. [g]: 49.96	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g Woda 250g</p>	<p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, 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 (karoten)), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim (gotowanie) 300g <i>(Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Makaron penne pełnoziarnisty, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszonego 75g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Brokuły, gotowane 75g Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretkę malinową, bez cukru 200g Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2239.29 kcal, B: 94.88 g, T: 82.71 g, W: 290.9 g, Błonnik [g]: 23.29, Cukier [g]: 78.35, Sód [mg]: 3354.16, Kwasy tł. nas. [g]: 35.72</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Kalafior, gotowany 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 100g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron z mięsem drobiowym w sosie koperkowym 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny, gotowany (01), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 100g <i>(Buraki, Sól biała)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek śmietankowy naturalny 80g (07) Brokuły, gotowane 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</i> Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2928.99 kcal, B: 124.34 g, T: 135.66 g, W: 316.36 g, Błonnik [g]: 25.28, Cukier [g]: 84.06, Sód [mg]: 3311, Kwasy tł. nas. [g]: 62.62</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Kalafior, gotowany 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 283g (01,03) <i>(Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Salata z oliwą 100g <i>(Salata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 120g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Serek śmietankowy naturalny 80g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g Brokuły, gotowane 100g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</i> Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 1963.72 kcal, B: 93.26 g, T: 62.52 g, W: 266.07 g, Błonnik [g]: 23.75, Cukier [g]: 85.21, Sód [mg]: 2606.26, Kwasy tł. nas. [g]: 33.05</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku z miodem i masłem 500g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane) Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Makaron z mięsem drobiowym w sosie koperkowym 300g (01,09) (Makaron bezjajeczny z semoliny, gotowany (01), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Koper ogrodowy, Sól biała) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier) Buraki na ciepło (duszenie) 100g (Buraki, Sól biała)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem 500g (09,03) (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>Dobry Posiłek</p> <p> pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany) Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 2029.8 kcal, B: 77.77 g, T: 87.36 g, W: 241.9 g, Błonnik [g]: 23.35, Cukier [g]: 71.22, Sód [mg]: 1682.23, Kwasy tł. nas. [g]: 27.62</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Rosół z makaronem 500g (09,01) (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 200g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 501g (09,03,07) (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel truskawkowy 200g (Woda, kisiel truskawkowy) Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,01,03) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Koktajl owocowo - jogurtowy 200g (07) (Banan, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2481.47 kcal, B: 90.32 g, T: 107.46 g, W: 310.26 g, Błonnik [g]: 36.53, Cukier [g]: 59.1, Sód [mg]: 3508.41, Kwasy tł. nas. [g]: 26.86</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe (03), Śmietana wiegarińska 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 (karoteny)), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 300g (01,03) <i>(Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Hummus pomidorowy 80g Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Salatka z buraka i roszonek 80g <i>(Buraki, Roszponka, Oliwa z oliwek)</i></p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pudding ryżowy na napoju jaglanym (150g) z owocami (50g): 200g <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Banan, Ryż biały, gotowany)</i> Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa</p> <p>E: 2440.11 kcal, B: 99.7 g, T: 110.15 g, W: 280.53 g, Błonnik [g]: 40.52, Cukier [g]: 73.23, Sód [mg]: 3590.08, Kwasy tł. nas. [g]: 48.77</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Rzodkiewka 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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) (Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cukier, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 300g (Makaron bezglutenowy, Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g (Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka z buraka sera fety i roszonek 120g (07) (Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2688.31 kcal, B: 109.4 g, T: 128.94 g, W: 291.63 g, Błonnik [g]: 35, Cukier [g]: 64.47, Sód [mg]: 3885.72, Kwasy tł. nas. [g]: 61</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 60g (11) Rzodkiewka 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 400g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, 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 (karotenyl)), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron napoli (gotowanie) 300g (07,01,03) <i>(Makaron spaghetti (01,03), Passata - przetarte pomidory, Ser żółty (07), Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretko malinowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 120g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszonek, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</i> Woda 250g</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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
31.05-09.06.2026 dieta podstawowa E: 2559.49 kcal, B: 93.19 g, T: 96.03 g, W: 358.98 g, Błonnik [g]: 53.34, Cukier [g]: 97, Sód [mg]: 3179.67, Kwasy tł. nas. [g]: 41.28	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Hummus pomidorowy 80g Papryka czerwona 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	II Śniadanie Banan 130g Woda 250g	Obiad Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 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), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i> Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 150g (09) <i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</i> Kasza gryczana, gotowana 200g Marchewka z groszkiem na ciepło (duszenie) 100g (01) <i>(Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Budyń śmietankowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i> Woda 250g	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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> Ogórek świeży (długi) 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Dobry Posiłek Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07) Jabłko 130g Woda 250g

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna E: 2272.19 kcal, B: 100.38 g, T: 75.33 g, W: 316.67 g, Błonnik [g]: 34.73, Cukier [g]: 80.93, Sód [mg]: 3104.91, Kwasy tł. nas. [g]: 38.37	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 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), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz z warzywami i mięsem drobiowym 150g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 250g</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>Pasta z białek jaj i sera 80g (03.07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <u>mleka</u>) 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 130g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</p> <p>E: 2682.11 kcal, B: 93.73 g, T: 108.87 g, W: 360.99 g, Błonnik [g]: 54.91, Cukier [g]: 91.95, Sód [mg]: 3006.68, Kwasy tł. nas. [g]: 42.94</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka czerwona 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>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym i natką pietruszki 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż brązowy, gotowany, Ryż brązowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 150g (09) (Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Kapusta na ciepło (gotowanie) 75g (Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Salata z oliwą i warzywami 75g (Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) (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>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Jabłko 130g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
31.05-09.06.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2174.53 kcal, B: 96.1 g, T: 66.29 g, W: 316.88 g, Błonnik [g]: 34.54, Cukier [g]: 81.69, Sód [mg]: 3158.97, Kwasy tł. nas. [g]: 23.16	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Bukiet warzyw na parze 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior)</i></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 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), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz z warzywami i mięsem drobiowym 150g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 200g (01)</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 130g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
31.05-09.06.2026 dieta bogatobiałkowa E: 2498.54 kcal, B: 127.07 g, T: 86.58 g, W: 321.54 g, Błonnik [g]: 35.27, Cukier [g]: 84.24, Sód [mg]: 3561.61, Kwasy tł. nas. [g]: 41.98	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</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>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 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), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz z warzywami i mięsem drobiowym 150g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 250g</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>Pasta z białek jaj i sera 80g (03.07) <i>(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))</i></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka <u>mleka</u>) 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 130g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2309.74 kcal, B: 106.1 g, T: 82.25 g, W: 303.26 g, Błonnik [g]: 33.49, Cukier [g]: 89.06, Sód [mg]: 2862.15, Kwasy tł. nas. [g]: 36.82</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku z miodem i masłem 500g (07,01) (Mleko spożywcze, 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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz z warzywami i mięsem drobiowym 150g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza jęczmienna, perlowa, gotowana 200g (01)</p> <p>Marchewka na ciepło (duszenie) 100g (Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03) (Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny (mąka pszena 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>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski lekki 150g (07)</p> <p>Jabłko parowane 130g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1828.44 kcal, B: 74.88 g, T: 84.11 g, W: 210.01 g, Błonnik [g]: 28.05, Cukier [g]: 77.17, Sód [mg]: 1588.33, Kwasy tł. nas. [g]: 24.94</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03,07) (Woda, Włoszczyzna świeża (09), Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07), 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)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus owocowy jabłko brzoskwinia 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem 500g (09,03) (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>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa krem z pomarańczowych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03) (Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny (mąka pszena 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Olej rzepakowy, Żółtko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2448.99 kcal, B: 67.95 g, T: 84.59 g, W: 380.88 g, Błonnik [g]: 55.29, Cukier [g]: 91.79, Sód [mg]: 2870.85, Kwasy tł. nas. [g]: 19.53</p>	<p>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g Papryka czerwona 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Banan 130g Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 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), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (duszenie) 150g (09) <i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g Marchewka z groszkiem na ciepło (duszenie) 100g (01) <i>(Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy na napoju jaglanym 200g <i>(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny sojowy 150g (06) Jabłko 130g Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
31.05-09.06.2026 dieta bezglutenowa E: 2506.91 kcal, B: 87.09 g, T: 98.15 g, W: 345.02 g, Błonnik [g]: 48.62, Cukier [g]: 99.4, Sód [mg]: 3167.58, Kwasy tł. nas. [g]: 41.16	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka czerwona 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>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 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), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 150g (09) <i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Marchewka z groszkiem na ciepło (duszenie) 100g <i>(Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Jabłko 130g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta wegetariańska</p> <p>E: 2417.62 kcal, B: 94.86 g, T: 79.47 g, W: 355.08 g, Błonnik [g]: 49.4, Cukier [g]: 97.51, Sód [mg]: 2634.25, Kwasy tł. nas. [g]: 39.67</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p>Papryka czerwona 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>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 150g (09) (Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 200g</p> <p>Marchewka z groszkiem na ciepło (duszenie) 100g (01) (Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) (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>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Jabłko 130g</p> <p>Woda 250g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2086.17 kcal, B: 93.32 g, T: 72.66 g, W: 280.66 g, Błonnik [g]: 29.39, Cukier [g]: 65.92, Sód [mg]: 6140.53, Kwasy tł. nas. [g]: 37.65</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 350g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 120g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 180g</p> <p>Surówka z białej kapusty 100g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros 80g (07) (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1106.48 kcal, B: 57.56 g, T: 34.27 g, W: 150.98 g, Błonnik [g]: 16.36, Cukier [g]: 38.42, Sód [mg]: 4112.5, Kwasy tł. nas. [g]: 15.86</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 40g</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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 65g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ryżowa na rosole 250g (Woda, Marchew, Ryż biały, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 100g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 100g</p> <p>Surówka z białej kapusty 80g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny (mąka pszenna⁴⁵⁰, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros 40g (07) (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ogórek kiszony 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Dobry Posilek</p> <p>Budyń śmietankowy z owocami 100g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 100g</p>

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

Jadłospis	Niedziela (2026-05-31)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2111.84 kcal, B: 103.52 g, T: 75.38 g, W: 275.01 g, Błonnik [g]: 38.37, Cukier [g]: 62.97, Sód [mg]: 6035.76, Kwasy tł. nas. [g]: 38.97</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</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>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa ryżowa na rosole 350g (Woda, Marchew, Ryż brązowy, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Schab w sosie majerankowym (duszenie) 120g (Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Sól biała, Majeranek suszony, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 180g</p> <p>Brukselka, gotowana 75g</p> <p>Surówka z białej kapusty 73g (Kapusta biała, Marchew, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sok z cytryny, Sól biała)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (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>Woda 250g</p>	<p>Chleb pszenny graham (mąka pszenna graham (typ 1850), woda, sól, drożdże) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka a'la gyros 80g (07) (Pomidor, Sałata, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (07)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko, Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2091.2 kcal, B: 75.41 g, T: 76.45 g, W: 293.26 g, Błonnik [g]: 34.34, Cukier [g]: 100.46, Sód [mg]: 3486.86, Kwasy tł. nas. [g]: 38.44</p>	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></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>Ogórki konserwowe 100g (12,10)</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>Woda 250g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 280g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (07), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorb 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Colesław 100g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1165.68 kcal, B: 50.66 g, T: 39.92 g, W: 159.98 g, Błonnik [g]: 16.98, Cukier [g]: 50.95, Sód [mg]: 2011.96, Kwasy tł. nas. [g]: 18.12</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 200g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 40g</p> <p>Ketchup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórki konserwowe 40g (12,10)</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>Banan 65g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 250g (09) (Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Cukier, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie) 280g (01,07) (Makaron bezjajeczny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Colesław 40g (07) (Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cukier, Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Kisiel malinowy 100g (Woda, Kisiel malinowy)</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g (07) (Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</p> <p>Papryka czerwona 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 100g</p> <p>Woda 100g</p>

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-01)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2116.99 kcal, B: 85.88 g, T: 80.68 g, W: 280.22 g, Błonnik [g]: 40.06, Cukier [g]: 76.25, Sód [mg]: 3069.84, Kwasy tł. nas. [g]: 40.45</p>	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></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>Rzodkiewka 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>Woda 250g</p>	<p>Kapuśniak z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Kapusta kwaszona, Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem (gotowanie) 280g (07) <i>(Makaron pełnoziarnisty, gotowany, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Szpinak, Ser żółty (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)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Colesław 75g (07) <i>(Kapusta biała, Marchew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Cebula, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kalafior, gotowany 75g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Kisiel malinowy 200g <i>(Woda, Kisiel malinowy)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus truskawkowy 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2311.53 kcal, B: 91.82 g, T: 89.54 g, W: 302.08 g, Błonnik [g]: 35.48, Cukier [g]: 55.93, Sód [mg]: 3739.21, Kwasy tł. nas. [g]: 41.16</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Papryka czerwona 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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z grzankami 350g (09,01) (Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 90g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</p> <p>Sos śmietanowy 100g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 180g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 100g (12,10) (Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Sucharki (mąka pszenna (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka), glukoza, ekstrakt słodowy jęczmienny, drożdże, gluten pszenny, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy) 30g (01,07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1162.9 kcal, B: 45.68 g, T: 43.5 g, W: 155.89 g, Bionnik [g]: 17.23, Cukier [g]: 32.37, Sód [mg]: 2042.09, Kwasy tł. nas. [g]: 17.05</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 200g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</p> <p>Pasta z tuńczyka 40g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Papryka czerwona 40g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Pomarańcza 50g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Zupa krem z brokuła z grzankami 250g (09,01) (Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 30g (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</p> <p>Sos śmietanowy 40g (Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Ziemniaki, gotowane 100g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 80g (12,10) (Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</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) 15g (01,07)</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Ryż z jogurtem i musem owocowym 100g (07) (Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia, Ryż biały)</p> <p>Woda 100g</p>

Jadłospis	Wtorek (2026-06-02)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2472.41 kcal, B: 106.84 g, T: 118.06 g, W: 266.26 g, Błonnik [g]: 40.33, Cukier [g]: 46.05, Sód [mg]: 3955.26, Kwasy tł. nas. [g]: 56.64</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Papryka czerwona 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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa krem z brokuła z grzankami razowymi 350g (09,01) <i>(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemiaki, późne, Chleb pszenny graham (mąka pszenna graham (typ 1850), woda, sól, drożdże) (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Filet z piersi kurczaka (parowany) 90g <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sól biała)</i></p> <p>Sos śmietanowy 100g <i>(Woda, Śmietana wegańska 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemiaki, gotowane 180g</p> <p>Surówka wiosenna z sosem vinegrett 75g (12,10) <i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek, Musztarda (12,10), Sok z cytryny, Sól biała, Pieprz czarny)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 75g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 100g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Pieczywo chrupkie kukurydziane 20g (01)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 60g (03)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

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

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2046.35 kcal, B: 83.08 g, T: 82.48 g, W: 260.15 g, Błonnik [g]: 34.08, Cukier [g]: 52.89, Sód [mg]: 2911.77, Kwasy tł. nas. [g]: 35.49</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 250g (01,07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 50g (03)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 120g (Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 180g</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g (Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka brzoskwiowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 100g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Rzodkiewka 50g</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 984.97 kcal, B: 47.41 g, T: 33.76 g, W: 131.56 g, Błonnik [g]: 16.7, Cukier [g]: 32.02, Sód [mg]: 1485.48, Kwasy tł. nas. [g]: 13.68</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 30g (03)</p> <p>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 80g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Barszcz czerwony z ziemniakami 250g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wieprzowy, duszony 100g (Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 100g</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 80g (Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretka brzoskwiowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 100g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 15g (01)</p> <p>Pasta warzywna 20g</p> <p>Rzodkiewka 20g</p> <p>Woda 100g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-06-03)					
31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż) E: 2046.41 kcal, B: 84.98 g, T: 87.48 g, W: 247.68 g, Błonnik [g]: 35.48, Cukier [g]: 49.02, Sód [mg]: 3105.55, Kwasy tł. nas. [g]: 36.72	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Kasza jaglana na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza jaglana)</i> Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek świeży (długi) 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jabłko 160g Woda 250g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> Gulasz wieprzowy, duszony 120g <i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i> Kasza gryczana, gotowana 180g Surówka z ogórka kiszonego 75g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 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> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretka brzoskwiowa, bez cukru 200g Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 100g (07) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Pasta warzywna 80g Rzodkiewka 50g Woda 250g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 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;

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2389.52 kcal, B: 94.34 g, T: 103.06 g, W: 290.22 g, Błonnik [g]: 41.93, Cukier [g]: 77.04, Sód [mg]: 2511.89, Kwasy tł. nas. [g]: 42.98</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01)) Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 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>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 350g (09,01) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała) Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 120g (03,01) (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 purée 180g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03,10) (Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Budyń waniliowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką) Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (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) 04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 50g Woda 250g</p>

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

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1273.09 kcal, B: 55.42 g, T: 53.22 g, W: 152.58 g, Błonnik [g]: 21.16, Cukier [g]: 42.04, Sód [mg]: 1403, Kwasy tł. nas. [g]: 18.65</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</p> <p>Wędlina wieprzowa 40g Rzodkiewka 40g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Gruszka 65g Woda 150g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 250g (09,01) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 100g (03,01) (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)</p> <p>Ziemniaki purée 100g</p> <p>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 80g (03,10) (Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Budyń waniliowy 100g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy ze śmietanką)</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Salatka jarzynowa 40g (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>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (Turczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Papryka czerwona 40g Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 80g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% (jabłko, banan) 20g</p> <p>Woda 100g</p>

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

Jadłospis	Czwartek (2026-06-04)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2237.09 kcal, B: 90.02 g, T: 90.57 g, W: 286.12 g, Błonnik [g]: 43.15, Cukier [g]: 71.63, Sód [mg]: 2522.18, Kwasy tł. nas. [g]: 38.4</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01)) Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 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>Gruszka 130g Woda 250g</p>	<p>Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus 350g (09,01) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pieprz czarny, Sól biała) Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie) 120g (03,01) (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Chleb graham (01), Jaja kurcze całe (03), 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)), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny) Ziemniaki purée 180g Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 75g (03,10) (Kapusta czerwona, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) (03,10), Cebula, Pieprz czarny) Kalafior, gotowany 75g Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p>	<p>Budyń waniliowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń waniliowy, bez cukru) Woda 250g</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól) 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (03,10) (Jaja kurcze 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) Pasta z tuńczyka 40g (04,07) (Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) Papryka czerwona 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mandarynki 70g Woda 250g</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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2217.45 kcal, B: 73.7 g, T: 92.35 g, W: 288.33 g, Błonnik [g]: 34.39, Cukier [g]: 86.09, Sód [mg]: 3566.11, Kwasy tł. nas. [g]: 48.51</p>	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</i></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>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Dorsz parowany 90g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i></p> <p>Sos koperkowy 100g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 100g (01) <i>(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1074.8 kcal, B: 36.17 g, T: 41.56 g, W: 146.99 g, Błonnik [g]: 16.36, Cukier [g]: 47.47, Sód [mg]: 1834.41, Kwasy tł. nas. [g]: 20.2</p>	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Kasza kukurydziana na mleku 200g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Jajecznica ze szczypiorkiem 40g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</i></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>Jabłko 80g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż biały, gotowany, Przepiec pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Dorsz parowany 30g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i></p> <p>Sos koperkowy 40g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 100g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Marchewka w kostce na gęsto (duszenie) 80g (01) <i>(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 (01), 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, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel owoce leśne 100g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i></p> <p>Woda 150g</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 40g (07)</p> <p>Rzodkiewka 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 80g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 20g</p> <p>Woda 100g</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-06-05)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2129.37 kcal, B: 74.33 g, T: 88.14 g, W: 277.74 g, Błonnik [g]: 36.83, Cukier [g]: 78.3, Sód [mg]: 3133.09, Kwasy tł. nas. [g]: 47.98</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) (07))</i></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>II Śniadanie</p> <p>Jabłko 160g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż brązowy, gotowany, Przepier pomidorowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Dorsz parowany 90g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Pieprz ziółowy, Sól biała)</i></p> <p>Sos koperkowy 100g <i>(Woda, 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, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz czarny)</i></p> <p>Fasola szparagowa, gotowana w wodzie 75g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel owoce leśne 200g <i>(Woda, Kisiel owoce leśne)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 80g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2167.61 kcal, B: 81.16 g, T: 87.78 g, W: 281.47 g, Błonnik [g]: 35.77, Cukier [g]: 58.99, Sód [mg]: 4086.35, Kwasy tł. nas. [g]: 42.57</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany, słonecznikowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Leczo wegańskie z cieciorą, cukinią i pomidorami (gotowanie) 120g <i>(Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ryż biały, gotowany 180g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (09,07) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</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>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1150.04 kcal, B: 45.75 g, T: 40.37 g, W: 161.37 g, Błonnik [g]: 20.61, Cukier [g]: 37.86, Sód [mg]: 2218.72, Kwasy tł. nas. [g]: 17.9</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki żytnie na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Pasta mięsna 40g <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek kiszony 40g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Chleb mieszany, słonecznikowy 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 35g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Leczo wegańskie z cieciorą, cukinią i pomidorami (gotowanie) 100g <i>(Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ryż biały, gotowany 100g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 80g (09,07) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (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) 40g</p> <p>Kecup (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 80g (07)</p> <p>Pomidor 20g</p> <p>Pieczywo chrupkie (chleb chrupki) 30g (01)</p> <p>Woda 100g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-06-06)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2198.9 kcal, B: 86.58 g, T: 90.33 g, W: 281.3 g, Błonnik [g]: 43.17, Cukier [g]: 58.15, Sód [mg]: 4090.34, Kwasy tł. nas. [g]: 43</p>	<p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany, słonecznikowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Zupa marchewkowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Marchew, Ziemniaki, późne, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Leczo wegańskie z cieciorką, cukinią i pomidorami (gotowanie) 120g <i>(Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Cebula, Oliwa z oliwek, Pieczarki, świeże, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ryż brązowy, gotowany 180g</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 75g (09,07) <i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 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>Woda 250g</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>Keczap (ketchup) 15g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p> <p>Woda 250g</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	Niedziela (2026-06-07)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2451.46 kcal, B: 98.51 g, T: 78.81 g, W: 356.06 g, Błonnik [g]: 36.69, Cukier [g]: 66.12, Sód [mg]: 2042.63, Kwasy tł. nas. [g]: 40.11</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) (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>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 350g (09,01) (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 90g (03,01) (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</p> <p>Ziemniaki purée 180g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 30g (01,03)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pelnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni.(mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) (Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</p> <p>Woda 250g</p>
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1208.53 kcal, B: 51.42 g, T: 33.75 g, W: 184.71 g, Błonnik [g]: 18.81, Cukier [g]: 38.23, Sód [mg]: 1012.23, Kwasy tł. nas. [g]: 16.05</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 200g (07) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10) (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>Ogórek świeży (długi) 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>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 65g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Rosół z makaronem 250g (09,01) (Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała)</p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 30g (03,01) (Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</p> <p>Ziemniaki purée 100g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 80g (Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Biszkopty (ciastka) 15g (01,03)</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pelnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni.(mąka + woda) oraz sól) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem i owocami 100g (07) (Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</p> <p>Woda 250g</p>

Jadłospis	Niedziela (2026-06-07)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2397.02 kcal, B: 102.8 g, T: 98.56 g, W: 296.02 g, Błonnik [g]: 42.55, Cukier [g]: 64.01, Sód [mg]: 2914.99, Kwasy tł. nas. [g]: 43.08</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 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>Gruszka 130g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Rosół z makaronem 350g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała)</i></p> <p>Kotlet drobiowy, parowany 90g (03,01) <i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Ziemniaki purée 180g</p> <p>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 75g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 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 20g (01)</p> <p>Hummus klasyczny 80g</p> <p>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pelnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni.(mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus jagodowy 50g</p> <p>Woda 250g</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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2267.91 kcal, B: 100.5 g, T: 96.84 g, W: 264.55 g, Błonnik [g]: 29.68, Cukier [g]: 57.57, Sód [mg]: 3130.49, Kwasy tł. nas. [g]: 44.06</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</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>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Obiad</p> <p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 350g (09,03) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, 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)), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 280g (01,03) (Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 100g (Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Galaretkę malinową (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka z buraka sera fety i rozspanki 40g (07) (Buraki, Ser typu Feta (07), Rozspanka, Oliwa z oliwek)</p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p> pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1194.32 kcal, B: 60.31 g, T: 47.76 g, W: 138.59 g, Błonnik [g]: 13.86, Cukier [g]: 32.33, Sód [mg]: 1629.33, Kwasy tł. nas. [g]: 20.37</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 200g (07) (Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Wędlina wieprzowa 40g</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>Pomarańcza 50g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 250g (09,03) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe (03), Śmietana wiegarińska 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, Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 180g (01,03) (Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego 40g (Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</p> <p>Kompot wieloowocowy 150g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Galaretkę malinową (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 100g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Papryka czerwona 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p> pudding ryżowy na mleku z owocami 100g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały, gotowany)</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-06-08)					
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2408.71 kcal, B: 108.57 g, T: 102.77 g, W: 278.18 g, Błonnik [g]: 38.14, Cukier [g]: 71.57, Sód [mg]: 3358.81, Kwasy tł. nas. [g]: 45.29</p>	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</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>Pomarańcza 100g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Żurek z ziemniakami i jajkiem 350g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe (03), Śmietana węgarińska 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 (karotenyl)), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim (gotowanie) 280g <i>(Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Makaron penne pełnoziarnisty, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Czosnek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszonego 75g <i>(Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Brokuły, gotowane 75g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretka malinowa, bez cukru 200g</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Salatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Musli bezglutenowe 50g</p> <p>Woda 250g</p>

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

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

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2376.49 kcal, B: 81.97 g, T: 90.79 g, W: 334.87 g, Błonnik [g]: 50.12, Cukier [g]: 91.94, Sód [mg]: 2954.95, Kwasy tł. nas. [g]: 38.46</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) (Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka czerwona 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>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 350g (09) (Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 120g (09) (Woda, Cieciora surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</p> <p>Kasza gryczana, gotowana 180g</p> <p>Marchewka z groszkiem na ciepło (duszenie) 100g (01) (Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) (Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pelnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni.(mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) (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>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 100g (07)</p> <p>Jabłko 130g</p> <p>Woda 250g</p>

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>31.05-09.06.2026 dieta podstawowa (pediatria - 1-3 r.ż)</p> <p>E: 1266.61 kcal, B: 50.03 g, T: 42.87 g, W: 184.77 g, Błonnik [g]: 27.51, Cukier [g]: 53.13, Sód [mg]: 1695.55, Kwasy tł. nas. [g]: 16.34</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Hummus pomidorowy 40g</p> <p>Papryka czerwona 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>Banan 65g</p> <p>Woda 150g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Zupa jarzynowa, mrożona (09), Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 100g (09) <i>(Woda, Cieciora surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 100g</p> <p>Marchewka z groszkiem na ciepło (duszenie) 80g (01) <i>(Marchew, Groszek zielony, konserwowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Olej rzepakowy, Cukier, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 100g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 150g</p>	<p>Chleb pelnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni.(mąka + woda) oraz sól) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 5g (07)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 40g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 80g (07)</p> <p>Jabłko 65g</p> <p>Woda 250g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-06-09)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posilek
<p>31.05-09.06.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów (pediatria 3-18 r.ż)</p> <p>E: 2494.02 kcal, B: 82.47 g, T: 103.54 g, W: 335.69 g, Błonnik [g]: 51.35, Cukier [g]: 87, Sód [mg]: 2782.79, Kwasy tł. nas. [g]: 40.09</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Papryka czerwona 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>Woda 250g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Ryż brązowy, gotowany, Ryż brązowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (gotowanie) 120g (09) <i>(Woda, Cieciora surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (09), Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Kasza gryczana, gotowana 180g</p> <p>Kapusta na ciepło (gotowanie) 75g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i></p> <p>Salata z oliwą i warzywami 75g <i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Salata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Budyń śmietankowy 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> <p>Woda 250g</p>	<p>Chleb pelnoziarnisty z żyta (mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni.(mąka + woda) oraz sól) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10) <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>Ogórek świeży (długi) 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p>	<p>Serek wiejski (Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka) 100g (07)</p> <p>Jabłko 130g</p> <p>Woda 250g</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;

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, arbuz, 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 SO₂).
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.