

| Jadłospis                         | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                   | <p><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki gryczane)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g <u>(03)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></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></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jabłko 160g  | <p><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <u>(01)</u>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 150g<br/><i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 100g<br/><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot wielowowocowy</b> 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem</b> 80g<br/><i>(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <u>pszenna</u>, cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku (<u>z mleka</u>), emulgator (lecytyna <u>sojowa</u>), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g <u>(01,07,06)</u></b></p> <p>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt <u>(mleko</u>, kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) <b>150g <u>(07)</u></b></p> |

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

| Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2313.58</b> , B [g]: <b>110.32</b> , T [g]: <b>78.03</b> , W [g]: <b>303.77</b> , Błonnik [g]: <b>28.46</b> , Cukier [g]: <b>70.79</b> , Sód [mg]: <b>2458.78</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.45</b>                          | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki gryczane)</i><br><b>Pasta z bialek jaj i szynki</b> 80g <b>(03)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Wędlina wieprzowa)</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>(01)</b>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz wieprzowy, duszony</b> 150g<br><i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z buraków</b> 99g<br><i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s</b> 80g<br><i>(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br>Wędlina drobiowa 30g<br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzenska BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku <b>(z mleka)</b> , emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01,07,06)</b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt <b>(mleko)</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) <b>150g (07)</b> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2303.58</b> , B [g]: <b>110.16</b> , T [g]: <b>77.03</b> , W [g]: <b>303.65</b> , Błonnik [g]: <b>28.46</b> , Cukier [g]: <b>70.71</b> , Sód [mg]: <b>2503.66</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.77</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki gryczane)</i><br><b>Pasta z bialek jaj i szynki</b> 80g <b>(03)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Wędlina wieprzowa)</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                   | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>(01)</b>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz wieprzowy, duszony</b> 150g<br><i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z buraków</b> 99g<br><i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s</b> 80g<br><i>(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br>Wędlina drobiowa 30g<br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                   | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzenska BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku <b>(z mleka)</b> , emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01,07,06)</b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt <b>(mleko)</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) <b>150g (07)</b> |

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

| Jadłospis                                                          | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny                                                                                                                                                                            |
|                                                                    | <p><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki gryczane)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g <b>(03)</b></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b></p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <b>żytnia</b> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <b>żytni</b> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jablko 160g  | <p><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi</b> 400g <b>(09,01)</b><br/><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kalafior, Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 150g<br/><i>(Woda, Ciecioraka surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 75g<br/><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kapusta na ciepło (gotowanie)</b> 75g<br/><i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b></p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem</b> 80g<br/><i>(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz zielony)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt <b>(mleko)</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <b>(07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                               | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>2171.81</b> , B [g]: <b>123.27</b> , T [g]: <b>87.16</b> , W [g]: <b>233.7</b> , Błonnik [g]: <b>27.06</b> , Cukier [g]: <b>74.15</b> , Sód [mg]: <b>2283.78</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.97</b>         | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku z masłem i musem owocowym</b> 500g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu <u>(07)</u>, Mus owocowy, Płatki gryczane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (<u>mleko</u>) ) <u>(07)</u>)</i><br><b>Pasta z bialek jaj i szynki</b> 150g <u>(03)</u><br><i>(Białko jaja kurzego <u>(03)</u>, Wędlina wieprzowa)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <u>(09,01)</u><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <u>(01)</u>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz wieprzowy, duszony</b> 150g<br><i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z buraków</b> 99g<br><i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem</b> 500g <u>(09,03)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ziemniaki, gotowane, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt ( <u>mleko</u> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <u>(07)</u> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1676.77</b> , B [g]: <b>86.64</b> , T [g]: <b>63.94</b> , W [g]: <b>198.35</b> , Błonnik [g]: <b>22.98</b> , Cukier [g]: <b>49.39</b> , Sód [mg]: <b>2580.88</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.35</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego</b> 501g <u>(03,01)</u><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny <u>(01)</u>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Szynka wieprzowa, gotowana, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                     | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabeliana</b> 500g <u>(07)</u><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Szynka wieprzowa, gotowana, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (<u>mleko</u>) ) <u>(07)</u>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Sól biała)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem</b> 500g <u>(09,03)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ziemniaki, gotowane, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt ( <u>mleko</u> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <u>(07)</u> |

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

| Jadłospis                         | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                           |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek*                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
|                                   | <p><b>Płatki gryczane na napoju jaglanym</b> 300g</p> <p><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki gryczane)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g <b>(03)</b></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <b>żytnia</b> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <b>żytni</b> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jabłko 160g  | <p><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <b>(09,01)</b></p> <p><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>(01)</b>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 150g</p> <p><i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g</p> <p><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 100g</p> <p><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g</p> <p><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny sojowy 200g <b>(06)</b> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem</b> 80g</p> <p><i>(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                          | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2522.93</b> , B [g]: <b>135.9</b> , T [g]: <b>88.15</b> , W [g]: <b>308</b> , Błonnik [g]: <b>28.89</b> , Cukier [g]: <b>73.61</b> , Sód [mg]: <b>3128.08</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>44.3</b>   | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i><br><b>Pasta z białek jaj i szynki</b> 80g <b>(03)</b><br><i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b> ), śmietanka (z <b>mleka</b> ) , sól ) 150g <b>(07)</b> | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz wieprzowy, duszony</b> 150g<br><i>(Wieprzowina, szynka surowa, Woda, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z buraków</b> 99g<br><i>(Buraki, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                      | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s</b> 120g<br><i>(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz zielony)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzenska BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01,07,06)</b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt ( <b>mleko</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <b>(07)</b> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2445.15</b> , B [g]: <b>96.09</b> , T [g]: <b>86.57</b> , W [g]: <b>338.64</b> , Błonnik [g]: <b>46.41</b> , Cukier [g]: <b>77.61</b> , Sód [mg]: <b>2352.26</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>36.86</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i><br>Jaja kurze całe, gotowane 100g <b>(03)</b><br>Pomidor 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g          | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami bezglutenowymi</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Kalafior, Chleb bezglutenowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 150g<br><i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 100g<br><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem</b> 80g<br><i>(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz zielony)</i><br>Wędlina drobiowa 30g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                                | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt ( <b>mleko</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <b>(07)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                         | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b><br><br>E [kcal]: <b>2514.76</b> , B [g]: <b>95.6</b> , T [g]: <b>84.3</b> , W [g]: <b>360.59</b> , Błonnik [g]: <b>45.18</b> , Cukier [g]: <b>75.71</b> , Sód [mg]: <b>2343.87</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.31</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki gryczane)</i><br>Jaja kurze całe, gotowane 100g <b>(03)</b><br>Pomidor 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <b>żytnia</b> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <b>żytni</b> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jabłko 160g  | <b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>(01)</b>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 150g<br><i>(Woda, Cieciora surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 100g<br><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wielowowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Chrupiąca sałatka z ciecierzycą, ogórkiem, rzodkiewką i koperkiem.</b> 120g<br><i>(Cieciora konserwowa (ciecierzyca), Ogórek świeży (długi), Rzodkiewka, Oliwa z oliwek, Koper ogrodowy)</i><br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01,07,06)</b><br><b>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan)</b> (jogurt <b>(mleko)</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) <b>150g (07)</b> |

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

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                         | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2414.2</b> , B [g]: <b>90.95</b> , T [g]: <b>102.24</b> , W [g]: <b>298.84</b> , Błonnik [g]: <b>31.86</b> , Cukier [g]: <b>56.22</b> , Sód [mg]: <b>3071.37</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>43.99</b>  | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br>Ketchup (ketchup) 15g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb graham 90g (01)<br>Ogórek kiszony 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                 | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 300g (01.03)</b><br><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><br><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03)</b><br><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym (03), Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Ser żółty 40g (07)<br>Ogórek świeży 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                      | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjabłek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2467.55</b> , B [g]: <b>99.64</b> , T [g]: <b>89.9</b> , W [g]: <b>329.55</b> , Błonnik [g]: <b>28.57</b> , Cukier [g]: <b>76.65</b> , Sód [mg]: <b>1917.35</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.18</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br>Ketchup (ketchup) 15g<br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g      | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie): 300g (01.03)</b><br><i>(Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)</i><br><b>Salata z jogurtem 100g (07)</b><br><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Sałata)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                   | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)<br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjabłek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2228.19</b> , B [g]: <b>97.17</b> , T [g]: <b>66.69</b> , W [g]: <b>324.41</b> , Błonnik [g]: <b>28.99</b> , Cukier [g]: <b>76.08</b> , Sód [mg]: <b>1555.5</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>20.97</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku</b> 300g <b>(07,01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki owsiane <b>(01)</b>)</i><br><b>Leczo wielowarzywne (gotowanie)</b> 100g <b>(09)</b><br><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Cukinia, Pomidory bez skóry w puszcze lub kartoniku, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) <b>(09)</b>, Oliwa z oliwek, Majeranek suszony)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) <b>(09)</b>, Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie):</b> 300g <b>(01,03)</b><br><i>(Makaron spaghetti <b>(01,03)</b>, Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)</i><br><b>Salata z jogurtem</b> 100g <b>(07)</b><br><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Sałata)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy</b> 200g<br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br>Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g <b>(07)</b><br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jablko burak truskawka (przecier zjałek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                          | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny                                                                                                                                               |
|                                                                    | <p><b>Płatki owsiane na mleku 300g <u>(07,01)</u></b><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki owsiane <u>(01)</u>)</i></p> <p><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g</p> <p><b>Ketchup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>Chleb graham 90g <u>(01)</u></b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p> | <p>Mandarynki 100g</p> | <p><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g <u>(09)</u></b><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim (gotowanie) 300g</b><br/><i>(Makaron pełnoziarnisty, gotowany, 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><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 75g <u>(03)</u></b><br/><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym <u>(03)</u>, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g</b><br/><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 30g <u>(01)</u></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 50g <u>(11)</u></p> <p>Rzodkiewka 50g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Ser żółty 40g <u>(07)</u></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                               | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>1991.15</b> , B [g]: <b>111.5</b> , T [g]: <b>68.2</b> , W [g]: <b>240.96</b> , Błonnik [g]: <b>24.85</b> , Cukier [g]: <b>88.17</b> , Sód [mg]: <b>855.57</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>30.61</b>           | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku z masłem i musem owocowym 500g (07,01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Mus owocowy, Płatki owsiane (01), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</i><br><b>Twarożek z koperkiem 150g (07)</b><br><i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie): 300g (01,03)</b><br><i>(Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)</i><br><b>Surówka z tartego ogórka z jogurtem naturalnym 100g (07)</b><br><i>(Ogórek świeży, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 501g (09,03)</b><br><i>(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczanego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1597.72</b> , B [g]: <b>65.68</b> , T [g]: <b>69.08</b> , W [g]: <b>186.47</b> , Błonnik [g]: <b>23.61</b> , Cukier [g]: <b>58.96</b> , Sód [mg]: <b>1466.36</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>17.68</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa ryżowa na rosole 501g</b><br><i>(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                       | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z mięsem z indyka i śmietaną 500g (09,07)</b><br><i>(Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym 501g (09,03)</b><br><i>(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczanego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                              | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna</b><br><br>E [kcal]: <b>2508.22</b> , B [g]: <b>86.15</b> , T [g]: <b>95.55</b> , W [g]: <b>345.98</b> , Błonnik [g]: <b>38.29</b> , Cukier [g]: <b>54.05</b> , Sód [mg]: <b>2762.66</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.5</b>        | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01)</b><br><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br>Ketchup (ketchup) 15g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb graham 90g (01)<br>Ogórek kiszony 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                                                             | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 300g (01,03)</b><br><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><br><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03)</b><br><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym (03), Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br><b>Masło roślinne MR 20g</b><br><b>Hummus z soczewicy 80g</b><br><i>(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i><br>Ogórek świeży 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2848.55</b> , B [g]: <b>118.72</b> , T [g]: <b>122.94</b> , W [g]: <b>331.47</b> , Błonnik [g]: <b>28.57</b> , Cukier [g]: <b>78.33</b> , Sód [mg]: <b>2712.35</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>61.16</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br>Ketchup (ketchup) 15g<br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g      | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie): 300g (01,03)</b><br><i>(Makaron spaghetti (01,03), Mięso mielone z indyka, Passata - przetarte pomidory, Koncentrat pomidorowy, 30%, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)</i><br><b>Salata z jogurtem 100g (07)</b><br><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Salata)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                   | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)<br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Wędlina drobiowa 60g                | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                           | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                               |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2278.76</b> , B [g]: <b>76.56</b> , T [g]: <b>104.06</b> , W [g]: <b>277.27</b> , Błonnik [g]: <b>40.92</b> , Cukier [g]: <b>62.42</b> , Sód [mg]: <b>3076.06</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>43.77</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II Śniadanie    | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek*                                                 | Kolacja                                                                                                                                                                                                                         | Dobry Posiłek                                                                                                                                              |
|                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Kasza kukurydziana)</i><br><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br><b>Ketchup (ketchup)</b> 15g<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Chleb bezglutenowy</b> 90g<br><b>Ogórek kiszony</b> 100g<br><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g | Mandarynki 100g | <b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Makaron bezglutenowy w sosie bolońskim (gotowanie)</b> 300g<br><i>(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)</i><br><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem</b> 100g <b>(03)</b><br><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym <b>(03)</b>, Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Kisiel jagodowy</b> 200g<br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Chleb bezglutenowy</b> 90g<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Ser żółty</b> 40g <b>(07)</b><br><b>Ogórek świeży</b> 100g<br><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g | <b>Tymbark Mus Vega</b> jabłko burak truskawka (przecier zjałek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                            | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b><br><br>E [kcal]: <b>2489.75</b> , B [g]: <b>90.08</b> , T [g]: <b>100.29</b> , W [g]: <b>321.27</b> , Błonnik [g]: <b>35.52</b> , Cukier [g]: <b>54.13</b> , Sód [mg]: <b>3699.44</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>42.95</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Parówki sojowe</b> ( woda, olej rzepakowy, izolowane białko grochowe (8,5 %), substancja zagęszczająca: przetworzone wodorosty morskie z gatunku Euchema, aromaty, emulgator: metyloceluloza, warzywa suszone (cebula, czosnek), maltodekstryna, sól, cukier, substancja zagęszczająca: konjac, błonnik pszenny, skrobia kukurydziana modyfikowana, glukoza, pieprz biały mielony, barwnik: tlenki i wodorotlenki żelaza. ) 100g<br><b>Ketchup (ketchup) 15g</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Chleb graham 90g (01)</b><br><b>Ogórek kiszony 100g</b><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b> | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 100g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Makaron a'la ruskie z cebulką i serem (gotowanie) 300g (01.07)</b><br><i>(Makaron bezjajeczny z semoliny, gotowany (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Cebula, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Sól biała)</i><br><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03)</b><br><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym (03), Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i><br><b>Kasza gryczana, gotowana 200g</b> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Ser żółty 40g (07)</b><br><b>Ogórek świeży 100g</b><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Tymbark Mus Vega jablko burak truskawka (przecier zjałek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                           | środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2293.39</b> , B [g]: <b>123.49</b> , T [g]: <b>73.07</b> , W [g]: <b>301.3</b> , Błonnik [g]: <b>30.59</b> , Cukier [g]: <b>60.8</b> , Sód [mg]: <b>2284.76</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.19</b>     | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g          | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron czterojączny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 150g (07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))</i><br>Ryż biały, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki 100g</b><br><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g        | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2301.59</b> , B [g]: <b>126.72</b> , T [g]: <b>72.41</b> , W [g]: <b>298.25</b> , Błonnik [g]: <b>23.93</b> , Cukier [g]: <b>55.37</b> , Sód [mg]: <b>2288.96</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.13</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Kalafior, gotowany 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                           | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron czterojączny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 150g (07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))</i><br>Ryż biały, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki 100g</b><br><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Brokuły, gotowane 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |

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

| środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2282.83</b> , B [g]: <b>128.54</b> , T [g]: <b>71.32</b> , W [g]: <b>296.4</b> , Błonnik [g]: <b>28.36</b> , Cukier [g]: <b>55.33</b> , Sód [mg]: <b>2338.96</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>21.99</b>       | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Kalafior, gotowany 100g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                             | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Makaron czterojęczny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 150g (09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09))</i><br>Ryż brązowy, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki 100g (Marchew, Olej rzepakowy)</b><br><b>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</b>                                                                    | <b>Podwieczerek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Brokuły, gotowane 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                          | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica ( <b>mleko</b> pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g <b>(07)</b> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</b><br><br>E [kcal]: <b>2375.81</b> , B [g]: <b>151.14</b> , T [g]: <b>74.47</b> , W [g]: <b>295.44</b> , Błonnik [g]: <b>41.26</b> , Cukier [g]: <b>62.6</b> , Sód [mg]: <b>2336.37</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>34.25</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana ( <b>mleko</b> ) ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <b>żytnia</b> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <b>żytni</b> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g          | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Makaron penne pełnoziarnisty, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 300g (07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))</i><br>Ryż brązowy, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki 75g (Marchew, Olej rzepakowy)</b><br>Kalafior, gotowany 75g<br><b>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</b> | <b>Podwieczerek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana ( <b>mleko</b> ) ) 20g <b>(07)</b><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Posiłek nocny</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica ( <b>mleko</b> pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g <b>(07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                              | środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>1864.17</b> , B [g]: <b>117.99</b> , T [g]: <b>58.19</b> , W [g]: <b>226.89</b> , Błonnik [g]: <b>20.55</b> , Cukier [g]: <b>68.87</b> , Sód [mg]: <b>1282.98</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>26.75</b>       | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku z masłem i musem owocowym 500g (07)</b><br>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy, Płatki jaglane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br><b>Pasta z tuńczyka 150g (04,07)</b><br>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)) | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron czterojączny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)<br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 150g (07,09)</b><br>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))<br>Ryż biały, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki 100g</b><br>(Marchew, Olej rzepakowy)<br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)) | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa szpinakowa z ryżem na śmietanie z mięsem gotowanym 500g (09,07)</b><br>(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1347.49</b> , B [g]: <b>86.11</b> , T [g]: <b>56.17</b> , W [g]: <b>136.6</b> , Błonnik [g]: <b>23.57</b> , Cukier [g]: <b>45.17</b> , Sód [mg]: <b>1477.24</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.98</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Biały krem warzywny z indykiem 500g (09,07)</b><br>(Kalafior, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, średnio, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Cytryna, Woda, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g          | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,01,03)</b><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Szynka wieprzowa, gotowana, Makaron czterojączny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)<br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))                                                                                                                                                                                                                | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa szpinakowa z ryżem na śmietanie z mięsem gotowanym 500g (09,07)</b><br>(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |

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

| środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna</b><br><br>E [kcal]: <b>2252.13</b> , B [g]: <b>99.07</b> , T [g]: <b>69.47</b> , W [g]: <b>321.85</b> , Błonnik [g]: <b>32.51</b> , Cukier [g]: <b>61.93</b> , Sód [mg]: <b>2339.46</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19</b>        | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na napoju jaglanym</b> 300g<br><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <u>żytnia</u> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <u>żytni</u> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                      | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g          | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> 400g <b>(09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <b>(09)</b>, Makaron czterojajeczny <b>(01,03)</b>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie)</b> 150g <b>(09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <b>(09)</b>)</i><br>Ryż biały, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki</b> 100g<br><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                        | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br><b>Pasta z tuńczyka</b> 80g <b>(04,06)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <b>(04)</b>, Jogurt naturalny sojowy <b>(06)</b>)</i><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                  | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2505.49</b> , B [g]: <b>155.5</b> , T [g]: <b>80.19</b> , W [g]: <b>302.93</b> , Błonnik [g]: <b>23.93</b> , Cukier [g]: <b>58.86</b> , Sód [mg]: <b>2805.36</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.49</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Kalafior, gotowany 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br><b>Pasta z białek jaj i sera</b> 80g <b>(03,07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Ser twarogowy (twaróg) chudy <b>(07)</b>)</i> | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> 400g <b>(09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <b>(09)</b>, Makaron czterojajeczny <b>(01,03)</b>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie)</b> 150g <b>(07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <b>(09)</b>, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>)</i><br>Ryż biały, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki</b> 100g<br><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Pasta z tuńczyka</b> 80g <b>(04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <b>(04)</b>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>)</i><br>Brokuły, gotowane 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <b>(mleko)</b> , sól, białka <u>mleka</u> ) 150g <b>(07)</b> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brazowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica <b>(mleko)</b> pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus. ) 150g <b>(07)</b>                                           |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                           | środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2152.7</b> , B [g]: <b>113.32</b> , T [g]: <b>75.94</b> , W [g]: <b>269.82</b> , Błonnik [g]: <b>32.45</b> , Cukier [g]: <b>64.23</b> , Sód [mg]: <b>2251.92</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.15</b>  | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                 | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowym 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron bezglutenowy, gotowany, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 150g (07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))</i><br>Ryż biały, gotowany 200g<br><b>Surówka z marchewki 100g (Marchew, Olej rzepakowy)</b><br><b>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</b> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                      | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b><br><br>E [kcal]: <b>2175.95</b> , B [g]: <b>87.03</b> , T [g]: <b>68.08</b> , W [g]: <b>321.49</b> , Błonnik [g]: <b>38.34</b> , Cukier [g]: <b>62.96</b> , Sód [mg]: <b>2223.16</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.13</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Ser żółty Gouda tłusty 40g (07)<br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 400g (09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron czterojęczny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Risotto z warzywami i zielonym groszkiem w sosie pomidorowym 300g (Ryż biały, gotowany, Bukiet warzyw, mrożony (marchew, brokuł, kalafior), Groszek zielony, mrożony, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól))</b><br><b>Surówka z marchewki 100g (Marchew, Olej rzepakowy)</b><br><b>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</b>                                   | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Pasta z białej fasoli z nutą kminu rzymskiego 79g (Fasola biała z puszek, Oliwa z oliwek, Czosnek, Sok z cytryny, Kmin rzymski mielony, Pieprz czarny, Sól biała)</b><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |

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

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne

| Jadłospis                                                                                                                                      | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa                                                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Podwieczorek*                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| E [kcal]: 2277.91, B [g]: 86.82, T [g]: 77.52, W [g]: 328.38, Błonnik [g]: 37.58, Cukier [g]: 94, Sód [mg]: 1949.31, Kwasy tł. nas. [g]: 31.64 | <p><b>Płatki żytnie na mleku</b> 300g <b>(01,07)</b></p> <p><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki żytnie <b>(01)</b>)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g <b>(11)</b></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b></p> <p>Chleb graham 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p><b>Zupa selerowa z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b></p> <p><i>(Woda, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 150g <b>(03,01)</b></p> <p><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b></p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek</b> 100g</p> <p><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g</p> <p><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g <b>(01,03)</b></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b></p> <p><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem</b> 80g <b>(07)</b></p> <p><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy <b>(07)</b>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami</p> <p>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% <b>(mleko)</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty) 100g <b>(07)</b></p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                          | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2197.74</b> , B [g]: <b>91.85</b> , T [g]: <b>68.78</b> , W [g]: <b>318.15</b> , Błonnik [g]: <b>28.85</b> , Cukier [g]: <b>90.46</b> , Sód [mg]: <b>2048.23</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>32.24</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek*                                                                                                                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Płatki żytnie na mleku</b> 300g <b>(01,07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki żytnie <b>(01)</b>)</i><br><b>Pasta mięsna</b> 80g<br><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Banan 130g   | <b>Zupa selerowa z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i><br><b>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 150g <b>(03,01)</b><br><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i><br>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b><br><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g <b>(01,03)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Twarożek z koperkiem</b> 80g <b>(07)</b><br><i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <b>(07)</b>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Koper ogrodowy)</i><br>Sałata 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami<br>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% <b>(mleko)</b> , kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty) 100g <b>(07)</b> |

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

| Jadłospis                                                    | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|                                                              | <p><b>Płatki żytnie na mleku 300g (01.07)</b><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p><b>Pasta mięsna 80g</b><br/><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</b><br/><i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01)</b><br/><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b><br/><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g (01.03)</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Twarożek z koperkiem 80g (07)</b><br/><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)</i></p> <p>Salata 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami (gotowany gryś ryżowy 30% (woda, gryś ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniový, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniový 2%, aromaty) 100g (07)</p> |

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

| Jadłospis                                                          | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                    | <p>Płatki żytnie na mleku 300g <u>(01,07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki żytnie <u>(01)</u>)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g <u>(11)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g <u>(03,01)</u><br/><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <u>(01)</u></p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g<br/><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami i oliwą 75g<br/><i>(Kapusta pekińska, Kukurydza konserwowa, Oliwa z oliwek, Papryka czerwona, Koper ogrodowy, Sok z cytryny)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Pasta mięsna 40g<br/><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek świeży 50g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g <u>(07)</u><br/><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy <u>(07)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br/><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% <u>(mleko)</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniový, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniový 2%, aromaty)</i></p> <p>100g <u>(07)</u></p> |

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

| Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>2118.81</b> , B [g]: <b>97.07</b> , T [g]: <b>74.07</b> , W [g]: <b>279.5</b> , Błonnik [g]: <b>31.12</b> , Cukier [g]: <b>102.23</b> , Sód [mg]: <b>1810.2</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>34.97</b>        | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki żytnie na mleku z masłem i musem owocowym 500g <u>(01,07)</u></b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Mus owocowy, Płatki żytnie <u>(01)</u>, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>)</i><br><b>Pasta mięsna 150g</b><br><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa selerowa z ziemniakami 400g <u>(09)</u></b><br><i>(Woda, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i><br><b>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g <u>(03,01)</u></b><br><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <u>(01)</u><br><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy 200g <u>(07)</u></b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g <u>(09,07)</u></b><br><i>(Herbata czarna, napar z cukrem, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna świeża <u>(09)</u>, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></i> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1339.22</b> , B [g]: <b>81.5</b> , T [g]: <b>40.05</b> , W [g]: <b>173.04</b> , Błonnik [g]: <b>22.08</b> , Cukier [g]: <b>73.6</b> , Sód [mg]: <b>1373.93</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>18.25</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa marchewkowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g <u>(09,03)</u></b><br><i>(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Marchew, Ziemniaki, późne, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Pietruszka, suszona (natka pietruszki), Sól biała)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g      | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa selerowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g <u>(09,03)</u></b><br><i>(Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny, Sól biała)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy 200g <u>(07)</u></b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g <u>(09,07)</u></b><br><i>(Herbata czarna, napar z cukrem, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna świeża <u>(09)</u>, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></i> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                         | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                           |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna                                                                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek*                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                               | Dobry Posiłek                                                                            |
| E [kcal]: 2239.06, B [g]: 70.32, T [g]: 75.09, W [g]: 340.91, Błonnik [g]: 39.41, Cukier [g]: 74.99, Sód [mg]: 3750.74, Kwasy tł. nas. [g]: 18.14 | <p>Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g (01)</p> <p>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki żytnie (01))</p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g (11)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa selerowa z ziemniakami 400g (09)</p> <p>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 150g (03,01)</p> <p>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</p> <p>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Mus OWOLOVE Jabłkowo-wiśniowy (85% przecier z jabłek, 15% przecier z wiśni.) 200g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                             | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2271.54</b> , B [g]: <b>102.77</b> , T [g]: <b>72.14</b> , W [g]: <b>318.15</b> , Błonnik [g]: <b>28.85</b> , Cukier [g]: <b>90.46</b> , Sód [mg]: <b>2526.43</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>33.19</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek*                                                                                                                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Płatki żytnie na mleku</b> 300g <b>(01,07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki żytnie <b>(01)</b>)</i><br><b>Pasta mięsna</b> 80g<br><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Banan 130g   | <b>Zupa selerowa z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i><br><b>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 150g <b>(03,01)</b><br><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i><br>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b><br><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g <b>(01,03)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Twarożek z koperkiem</b> 80g <b>(07)</b><br><i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <b>(07)</b>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Koper ogrodowy)</i><br>Sałata 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Wędlina drobiowa 60g | Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami<br>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% <b>(mleko)</b> , kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniovyy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty) 100g <b>(07)</b> |

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

| Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2237.31</b> , B [g]: <b>84.19</b> , T [g]: <b>82.59</b> , W [g]: <b>310.82</b> , Błonnik [g]: <b>41.33</b> , Cukier [g]: <b>85.09</b> , Sód [mg]: <b>1799.81</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.8</b>  | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i><br>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g <b>(11)</b><br>Pomidor 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                          | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa selerowa z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i><br><b>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 150g <b>(03)</b><br><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe (03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta bezglutenowa, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br>Kasza gryczana, gotowana 200g<br><b>Brokuł na parze z oliwa z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Pieczywo chrupkie jaglane 30g <b>(01)</b>                                                                                                      | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem</b> 80g <b>(07)</b><br><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i><br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (mleko, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty)</i> 100g <b>(07)</b> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b><br><br>E [kcal]: <b>2337.03</b> , B [g]: <b>89.23</b> , T [g]: <b>56.92</b> , W [g]: <b>393.76</b> , Błonnik [g]: <b>51.07</b> , Cukier [g]: <b>99.83</b> , Sód [mg]: <b>1578.72</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>28.8</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki żytnie na mleku</b> 300g <b>(01.07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i><br><b>Hummus z soczewicy</b> 80g<br><i>(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i><br>Pomidor 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb graham 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa selerowa z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Seler korzeniowy (09), Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i><br><b>Fasolka w sosie pomidorowym</b> 150g<br><i>(Fasola biała, nasiona suche, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Cebula, Czosnek, Pieprz ziółowy)</i><br>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b><br><b>Brokuł na parze z oliwa z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                             | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g <b>(01.03)</b> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br><b>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem</b> 80g <b>(07)</b><br><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i><br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (mleko, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty)</i> 100g <b>(07)</b> |

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne  
\* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| Jadłospis                                                                                                                                        | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa                                                                                                                | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II Śniadanie        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
| E [kcal]: 2161.27, B [g]: 85.2, T [g]: 91.84, W [g]: 264.49, Błonnik [g]: 29.51, Cukier [g]: 54.21, Sód [mg]: 2078.57, Kwasy tł. nas. [g]: 50.94 | <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 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>Gruszka 130g</p> | <p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400g (09.03)</p> <p>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Jaja kurze całe, gotowane (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Kotlet rybny (parowany) 120g (03.01)</p> <p>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</p> <p>Sos śmietanowo - ziółowy 150g (07)</p> <p>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 100g (Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                        | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna                                                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                           | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
| E [kcal]: 2226.03, B [g]: 90.94, T [g]: 88.94, W [g]: 277.31, Błonnik [g]: 24.5, Cukier [g]: 65.61, Sód [mg]: 2082.92, Kwasy tł. nas. [g]: 50.61 | <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</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>Banan 130g</p> | <p>Zupa szczawiowa z białkiem jaja 400g (09,03)</p> <p>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Jaja kurze całe, gotowane (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Kotlet rybny (parowany) 120g (03,01)</p> <p>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</p> <p>Sos śmietanowo - ziołowy 150g (07)</p> <p>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Kalafior na parze z oliwa z oliwek 100g (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>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</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 typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                    | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                  | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
|                                                              | <p>Płatki jaglane na mleku 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Brokuły, gotowane 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa szczawiowa z białkiem jaja 400g <u>(09,03)</u><br/><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <u>(09)</u>, Jaja kurze całe, gotowane <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlet rybny (parowany) 120g <u>(03,01)</u><br/><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sos ziołowy 150g<br/><i>(Woda, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Kalafior na parze z oliwa z oliwek 100g<br/><i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Serek fromage light 80g <u>(07)</u></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                         | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów                                                                                | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II Śniadanie        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Podwieczorek*                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny                                                                                                                             |
| E [kcal]: 2123.51, B [g]: 85.84, T [g]: 91.91, W [g]: 254.93, Błonnik [g]: 33.45, Cukier [g]: 55.68, Sód [mg]: 2079.32, Kwasy tł. nas. [g]: 51.04 | <p>Płatki jaglane na mleku 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Gruszka 130g</p> | <p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400g <u>(09,03)</u><br/><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Jaja kurze całe, gotowane <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlet rybny (parowany) 120g <u>(03,01)</u><br/><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sos śmietanowo - ziołowy 150g <u>(07)</u><br/><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 75g <i>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kalafior na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(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>Galaretka jagodowa, bez cukru 200g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g <u>(07)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                            | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>2204.64</b> , B [g]: <b>84.07</b> , T [g]: <b>125.57</b> , W [g]: <b>192.62</b> , Błonnik [g]: <b>24.36</b> , Cukier [g]: <b>79.13</b> , Sód [mg]: <b>1569.88</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>70.3</b>      | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Kasza kukurydziana na mleku z masłem i musem owocowym</b> 510g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Mus owocowy, Kasza kukurydziana, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) <b>(07)</b>)</i><br>Serek typu Fromage, naturalny 150g <b>(07)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa szczawiowa z białkiem jaja</b> 400g <b>(09,03)</b><br><i>(Woda, Szczaw, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Jaja kurze całe, gotowane <b>(03)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kotlet rybny (parowany)</b> 120g <b>(03,01)</b><br><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br><b>Sos śmietanowo - ziółowy</b> 150g <b>(07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Ziemiaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemiaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kalafior na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną, mięsem i natką pietruszki, zabelana</b> 500g <b>(09,07)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kasza jagłana, gotowana, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jablek (34%)) 100g |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1107.1</b> , B [g]: <b>77.31</b> , T [g]: <b>38.16</b> , W [g]: <b>119.15</b> , Błonnik [g]: <b>19.46</b> , Cukier [g]: <b>51.88</b> , Sód [mg]: <b>796.5</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>10.65</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa cukiniowa z kaszą jaglaną i mięsem</b> 500g<br><i>(Woda, Cukinia, Wieprzowina, szynka surowa, Cebula, Kasza jagłana, Marchew, Olej rzepakowy, Czosnek, Kurkuma mielona)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                        | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa szczawiowa z mięsem i żółtkiem jaja</b> 501g <b>(09,03)</b><br><i>(Kości, wywar, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Szczaw, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Żółtko jaja kurzego <b>(03)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną, mięsem i natką pietruszki, zabelana</b> 500g <b>(09,07)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Kasza jagłana, gotowana, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jablek (34%)) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                        | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna                                                                                                                | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II Śniadanie        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
| E [kcal]: 2099.97, B [g]: 74.26, T [g]: 80.55, W [g]: 286.44, Błonnik [g]: 32.39, Cukier [g]: 49.7, Sód [mg]: 2155.46, Kwasy tł. nas. [g]: 19.46 | <p>Kasza kukurydziana na napoju jaglanym 300g<br/><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Gruszka 130g</p> | <p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400g (09,03)<br/><i>(Woda, Szczaw, Ziemiaki, średnio, Jaja kurze całe, gotowane (03), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlet rybny (parowany) 120g (03,01)<br/><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sos śmietanowo - ziołowy (na bazie śmietanki wegańskiej) 150g<br/><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 (karotenyl) ), Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 100g<br/><i>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Pasta z białej fasoli z jabłkiem 80g<br/><i>(Fasola biała z puszki, Olej rzepakowy, Jabłko, Cebula, Czosnek, Pieprz czarny, Sól biała, Majeranek suszony)</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                            | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2353.43</b> , B [g]: <b>116.68</b> , T [g]: <b>90.34</b> , W [g]: <b>280.23</b> , Błonnik [g]: <b>24.5</b> , Cukier [g]: <b>67.69</b> , Sód [mg]: <b>2500.92</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>51.13</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Kasza kukurydziana)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Brokuły, gotowane 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br><b>Pasta z tuńczyka</b> 80g <b>(04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <b>(04)</b>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>)</i> | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa szczawiowa z białkiem jaja</b> 400g <b>(09,03)</b><br><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Jaja kurze całe, gotowane <b>(03)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kotlet rybny (parowany)</b> 120g <b>(03,01)</b><br><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br><b>Sos śmietanowo - ziółowy</b> 150g <b>(07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kalafior na parze z oliwa z oliwek</b> 100g<br><i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Serek typu Fromage, naturalny 80g <b>(07)</b><br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br><b>Pasta z białek jaj i sera</b> 80g <b>(03,07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Ser twarogowy (twaróg) chudy <b>(07)</b>)</i> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g<br><b>Lestello wafle ryżowe</b> (100% ryż brązowy) 25g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                         | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2100.65</b> , B [g]: <b>78.35</b> , T [g]: <b>96.1</b> , W [g]: <b>247.11</b> , Błonnik [g]: <b>31.12</b> , Cukier [g]: <b>59.38</b> , Sód [mg]: <b>2047.16</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>51.13</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek*                                                                                                                                                      | Kolacja                                                                                                                                                                                                    | Dobry Posiłek                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Kasza kukurydziana)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Gruszka 130g | <b>Zupa szczawiowa z jajkiem</b> 400g <b>(09,03)</b><br><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Jaja kurze całe, gotowane <b>(03)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kotlet rybny (parowany)</b> 120g <b>(03)</b><br><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Bułka tarta bezglutenowa, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br><b>Sos śmietanowo - ziołowy</b> 150g <b>(07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | Chleb bezglutenowy 90g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Serek typu Fromage, naturalny 80g <b>(07)</b><br>Pomidor 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g<br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                      | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska                                                                                                           | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | II Śniadanie        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
| E [kcal]: 2295.77, B [g]: 80.26, T [g]: 96, W [g]: 297.03, Błonnik [g]: 36.03, Cukier [g]: 57.51, Sód [mg]: 1652.15, Kwasy tł. nas. [g]: 52.09 | <p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</p> <p>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko jaj, ocet, musztarda (woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10))</p> <p>Ogórek świeży 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>Gruszka 130g</p> | <p>Zupa szczawiowa z jajkiem 400g (09,03)</p> <p>(Woda, Szczaw, Ziemiaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Jaja kurze całe, gotowane (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 121g (01,03)</p> <p>(Soczewica czerwona, nasiona suche, Marchew, Pietruszka, korzeń, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</p> <p>Sos śmietanowo - ziołowy 150g (07)</p> <p>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</p> <p>Ziemiaki z koperkiem 200g (Ziemiaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 100g</p> <p>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)</p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta podstawowa

E [kcal]: **2322.81**, B [g]: **98.28**, T [g]: **95.6**, W [g]: **282.31**, Błonnik [g]: **31.73**, Cukier [g]: **87.46**, Sód [mg]: **2784.65**, Kwasy tł. nas. [g]: **43.63**

Śniadanie

**Płatki jęczmienne na mleku**  
300g (01,07)  
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))*  
Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (seler), jaja, przyprawa ziołowa, chleb pszenney) 60g (01,03,09)  
Rzodkiewka 100g  
Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)  
Chleb graham 90g (01)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko 160g

Sobota (2026-10-03)

Obiad

**Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami** 400g (09)  
*(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszkii, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
**Pampuchy z serem białym (gotowanie)** 250g (01,07,03)  
*(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Cukier, Cukier waniliowy)*  
**Polewa jogurtowo - owocowa** 100g (07)  
*(Jogurt typu greckiego (07), Truskawki, mrożone)*  
**Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g (09,07)  
*(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))*  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
*(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*

Podwieczorek\*

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)

Kolacja

Chleb pszenney ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, 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)*  
Wędlina drobiowa 30g  
Ogórek kiszony 100g  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki owsiane błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki owsiane błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (mleko, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta  
łatwostrawna

E [kcal]: **2224.36**, B [g]: **96.8**, T [g]: **84.65**, W [g]: **281.14**, Błonnik [g]: **25.72**, Cukier [g]: **87.48**, Sód [mg]: **2215.8**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.44**

Śniadanie

**Płatki jęczmienne na mleku**  
300g (01,07)  
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))*  
**Paszтет drobiowy** (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), jaja, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g (01,03,09)  
**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

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Sobota (2026-10-03)

Obiad

**Barszcz czerwony z ziemniakami** 400g (09)  
*(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, **seler**, por ) (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
**Pampuchy z serem białym (gotowanie)** 250g (01,07,03)  
*(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Cukier, Cukier waniliowy)*  
**Polewa jogurtowo - owocowa** 100g (07)  
*(Jogurt typu greckiego (07), Truskawki, mrożone)*  
**Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g (09,07)  
*(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))*  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
*(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*

Podwieczorek\*

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)

Kolacja

**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 i jogurtu naturalnego** 100g (07,03)  
*(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))*  
**Wędlina drobiowa** 30g  
**Herbata czarna, napar bez cukru** 250g

Dobry Posiłek

**Lubella Owsianka z bananami i truskawkami** (gotowane płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (**mleko**, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta  
łatwostrawna z  
ograniczeniem tłuszczu

E [kcal]: **2195.61**, B [g]: **97.16**, T [g]: **81.37**, W [g]: **280.9**, Błonnik [g]: **25.72**, Cukier [g]: **87.34**, Sód [mg]: **2267.03**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.63**

Śniadanie

**Płatki jęczmienne na mleku**  
300g (01,07)  
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))*  
Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (seler), jaja, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g (01,03,09)  
Pomidor b/s 100g  
Masło roślinne MR 20g  
Chleb pszenny ( mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Sobota (2026-10-03)

Obiad

**Barszcz czerwony z ziemniakami** 400g (09)  
*(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
**Pampuchy z serem białym (gotowanie)** 250g (01,07,03)  
*(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło roślinne MR, Cukier, Cukier waniliowy)*  
**Polewa jogurtowo - owocowa** 100g (07)  
*(Jogurt typu greckiego (07), Truskawki, mrożone)*  
**Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g (09,07)  
*(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))*  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
*(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*

Podwieczorek\*

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)

Kolacja

Chleb pszenny ( mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)  
Masło roślinne MR 20g  
**Salatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego** 100g (07,03)  
*(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))*  
Wędlina drobiowa 30g  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (**mleko**, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów

E [kcal]: **2378.08**, B [g]: **98.43**, T [g]: **103.38**, W [g]: **280.82**, Błonnik [g]: **36.67**, Cukier [g]: **89.27**, Sód [mg]: **2810.43**, Kwasy tł. nas. [g]: **44.15**

Śniadanie

**Płatki jęczmienne na mleku** 300g (01,07)  
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))*  
Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (seler), jaja, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g (01,03,09)  
Rzodkiewka 100g  
Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)  
Chleb graham 90g (01)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko 160g

Sobota (2026-10-03)

Obiad

**Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami** 400g (09)  
*(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
**Pampuchy z serem białym (gotowanie)** 250g (01,07,03)  
*(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Cukier, Cukier waniliowy)*  
**Polewa jogurtowo - owocowa** 100g (07)  
*(Jogurt typu greckiego (07), Truskawki, mrożone)*  
**Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 75g (09,07)  
*(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))*  
**Surówka z marchewki** 75g  
*(Marchew, Olej rzepakowy)*  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
*(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*

Podwieczorek\*

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)

Kolacja

Chleb pszenny graham (mąka **pszenna** graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 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)*  
Wędlina drobiowa 30g  
Ogórek kiszony 100g  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Posiłek nocny

Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (**mleko**, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta papkowata

E [kcal]: 2135.15, B [g]: 102.39, T [g]: 101.41, W [g]: 216.37, Błonnik [g]: 25.32, Cukier [g]: 94.24, Sód [mg]: 1677.88, Kwasy tł. nas. [g]: 55.06

Śniadanie

**Płatki jęczmienne na mleku z masłem i musem owocowym** 500g (01,07)  
(*Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Płatki jęczmienne (01)*)  
Serek wiejski ( Serek śmietankowy (mleko), sól, białka mleka ) 150g (07)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Sobota (2026-10-03)

Obiad

**Barszcz czerwony z ziemniakami** 400g (09)  
(*Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
**Pampuchy z serem białym (gotowanie)** 250g (01,07,03)  
(*Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Cukier, Cukier waniliowy)*  
**Polewa jogurtowo - owocowa** 100g (07)  
(*Jogurt typu greckiego (07), Truskawki, mrożone)*  
**Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g (09,07)  
(*Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)*)  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
(*Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*)

Obiad

**Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym** 501g (09,03)  
(*Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego (03), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
(*Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*)

Podwieczorek\*

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)

Kolacja

**Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g (09,03,07)  
(*Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża (09), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13.5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (**mleko**, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)

28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona

E [kcal]: 1314.62, B [g]: 79.16, T [g]: 55.09, W [g]: 139.93, Błonnik [g]: 21.66, Cukier [g]: 49.86, Sód [mg]: 859.67, Kwasy tł. nas. [g]: 24.57

Śniadanie

**Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego** 500g (09,07,03)  
(*Woda, Włoszczyzna świeża (09), Kalafior, mrożony, Filety z kurczaka, gotowane, Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Podwieczorek\*

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)

Kolacja

**Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g (09,03,07)  
(*Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża (09), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)*  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki **owsiane** błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13.5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (**mleko**, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)

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

| Jadłospis                         | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                   |
|-----------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Podwieczorek*                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dobry Posiłek                                                                     |
|                                   | <p><b>Płatki jęczmienne na napoju jaglanym 300g (01)</b><br/><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p>Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (<b>seler</b>), <b>jaja</b>, przyprawa ziołowa, chleb <b>pszenny</b>) 60g <b>(01,03,09)</b></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb graham 90g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jabłko 160g  | <p><b>Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami 400g (09)</b><br/><i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Makaron penne, gotowany 200g <b>(01)</b></p> <p><b>Polewa owocowa 100g</b><br/><i>(Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z oliwą 100g (09)</b><br/><i>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny sojowy 200g <b>(06)</b> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p><b>Salatka jarzynowa 80g (03,10)</b><br/><i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10), Cebula)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Mus OWOLOVE Jabłkowo-wiśniowy (85% przecier z jabłek, 15% przecier z wiśni.) 200g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                         | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa                                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II Śniadanie                | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| E [kcal]: 2366.3, B [g]: 116.06, T [g]: 89.74, W [g]: 286.13, Błonnik [g]: 26.22, Cukier [g]: 90.61, Sód [mg]: 2508.39, Kwasy tł. nas. [g]: 44.91 | <p><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g <u>(01,07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jęczmienne <u>(01)</u>)</i></p> <p>Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (<u>seler</u>), <u>jaja</u>, przyprawa ziołowa, chleb <u>pszenny</u>) 60g <u>(01,03,09)</u></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> <p><b>Twarożek z koperkiem</b> 80g <u>(07)</u><br/><i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <u>(07)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Koper ogrodowy)</i></p> | <p>Jabłko parowane 160g</p> | <p><b>Barszcz czerwony z ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Buraki, Ziemniaki, średnio, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Pampuchy z serem białym (gotowanie)</b> 250g <u>(01,07,03)</u><br/><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Mąka pszenna, typ 500 <u>(01)</u>, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <u>(07)</u>, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>, Cukier, Cukier waniliowy)</i></p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g <u>(07)</u><br/><i>(Jogurt typu greckiego <u>(07)</u>, Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z jogurtem</b> 100g <u>(09,07)</u><br/><i>(Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br/><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 <u>(07)</u></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>Salatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego</b> 120g <u>(07,03)</u><br/><i>(Białko jaja kurzego <u>(03)</u>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% <u>(mleko)</u>, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g <u>(01,07)</u></p> |

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

| Jadłospis                           | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dobry Posiłek                                                                                                                                       |
|                                     | <p><b>Płatki gryczane na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki gryczane)</i></p> <p><b>Pasta mięsna</b> 80g<br/><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jabłko 160g  | <p><b>Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) <u>(09)</u>, Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p><b>Makaron bezg;utenowy z serem białym (gotowanie)</b> 300g <u>(07)</u><br/><i>(Makaron bezglutenowy, gotowany, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <u>(07)</u>, Cukier)</i></p> <p><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g <u>(07)</u><br/><i>(Jogurt typu greckiego <u>(07)</u>, Truskawki, mrożone)</i></p> <p><b>Surówka z selera i jabłka z jogurtem</b> 100g <u>(09,07)</u><br/><i>(Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <p>Chleb bezglutenowy 90g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>Salatka jarzynowa</b> 80g <u>(03,10)</u><br/><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, 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>, Cebula)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjałek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                        | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b><br><br>E [kcal]: <b>2354.03</b> , B [g]: <b>97.91</b> , T [g]: <b>99.53</b> , W [g]: <b>281.91</b> , Błonnik [g]: <b>32.47</b> , Cukier [g]: <b>85</b> , Sód [mg]: <b>2900.56</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>47.65</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 300g <u>(01,07)</u><br>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Płatki jęczmienne <u>(01)</u> )<br>Ser żółty Gouda tłusty 40g <u>(07)</u><br>Rzodkiewka 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Chleb graham 90g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br>(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) <u>(09)</u> , Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)<br><b>Pampuchy z serem białym (gotowanie)</b> 250g <u>(01,07,03)</u><br>(Jaja kurze całe <u>(03)</u> , Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Mąka pszenna, typ 500 <u>(01)</u> , Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <u>(07)</u> , Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u> , Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u> , Cukier, Cukier waniliowy)<br><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 100g <u>(07)</u><br>(Jogurt typu greckiego <u>(07)</u> , Truskawki, mrożone)<br><b>Surówka z selera i jabłka z jogurtem</b> 100g <u>(09,07)</u><br>(Seler korzeniowy <u>(09)</u> , Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)) | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br><b>Salatka jarzynowa</b> 120g <u>(03,10)</u><br>(Jaja kurze całe <u>(03)</u> , Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, 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> , Cebula)<br>Ogórek kiszony 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% <u>(mleko)</u> , kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g <u>(01,07)</u> |

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

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                        | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2414.07</b> , B [g]: <b>110.59</b> , T [g]: <b>98.37</b> , W [g]: <b>288.04</b> , Błonnik [g]: <b>30.9</b> , Cukier [g]: <b>73.87</b> , Sód [mg]: <b>2775.32</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>45.15</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznicza ze szczypiorkiem</b> 80g <b>(03,07)</b><br><i>(Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) <b>(07)</b>)</i><br>Ogórek kiszony 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb żytni razowy 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny <b>(01)</b>, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i><br><b>Udło z kurczaka (parowane)</b> 150g<br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy</b> 150g <b>(07,09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <b>(09)</b>, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym</b> 100g<br><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Serek wiejski</b> ( Serek śmietankowy <b>(mleko)</b> , sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <b>(07)</b><br>Ogórek świeży 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g <b>(07)</b></i> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                          | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2439.08</b> , B [g]: <b>116.83</b> , T [g]: <b>89.38</b> , W [g]: <b>306.52</b> , Błonnik [g]: <b>27.06</b> , Cukier [g]: <b>84.46</b> , Sód [mg]: <b>2455.4</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>44.54</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznica z białek jaj z koperkiem</b> 100g <b>(03,07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Koper ogrodowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) <b>(07)</b>)</i><br>Sałata 30g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny <b>(01)</b>, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Pietruszka, liście natka pietruszki))</i><br><b>Udko z kurczaka (parowane)</b> 150g<br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy</b> 150g <b>(07,09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <b>(09)</b>, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 100g <b>(07)</b><br><i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Serek wiejski</b> ( Serek śmietankowy <b>(mleko)</b> , sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <b>(07)</b><br>Kalafior, gotowany 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% <b>(mleko)</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniovyy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty)</i> 100g <b>(07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2356.79</b> , B [g]: <b>115.84</b> , T [g]: <b>80.72</b> , W [g]: <b>306.65</b> , Błonnik [g]: <b>27.8</b> , Cukier [g]: <b>83.73</b> , Sód [mg]: <b>2492.44</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>27.76</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                                                                 | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznica z białek jaj z koperkiem 100g (03)</b><br><i>(Białko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Masło roślinne MR)</i><br>Sałata 30g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Banan 130g   | <b>Rosół z makaronem 400g (09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście natka pietruszki))</i><br><b>Udko z kurczaka (parowane) 150g</b><br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy 150g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Szpinak na gęsto (duszony) 81g</b><br><i>(Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło roślinne MR 20g<br>Serek wiejski lekki ( twaróg ziarnisty ( <b>mleko</b> ), śmietanka pasteryzowana ( <b>mleko</b> ), białka <b>mleka</b> , sól. ) 150g (07)<br>Kalafior, gotowany 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br>(gotowany gryś ryżowy 30% (woda, gryś ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% ( <b>mleko</b> , kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniovyy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniovyy 2%, aromaty) 100g (07) |

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

| Jadłospis                                                          | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|                                                                    | <p>Płatki jaglane na mleku 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g <u>(03,07)</u><br/><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Mandarynki 130g</p> | <p>Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i></p> <p>Udko z kurczaka (parowane) 150g<br/><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Sos majerankowy 150g <u>(07,09)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <u>(09)</u>, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 75g <u>(07)</u><br/><i>(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 75g<br/><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Budyń śmietankowy 200g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <u>(mleko)</u>, sól, białka <u>mleka</u> ) 150g <u>(07)</u></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br/>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                              | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>2140.13</b> , B [g]: <b>112.05</b> , T [g]: <b>81.07</b> , W [g]: <b>254.36</b> , Błonnik [g]: <b>29.76</b> , Cukier [g]: <b>93.94</b> , Sód [mg]: <b>1469.01</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>36.65</b>       | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku z masłem i musem owocowym 500g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznica z białek jaj z koperkiem 150g (03,07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego (03), Koper ogrodowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem 400g (09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i><br><b>Udko z kurczaka (parowane) 150g</b><br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy 150g (07,09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Szpinak na gęsto (duszony) 100g (07)</b><br><i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Kalafior, mrożony, Filety z kurczaka, gotowane, Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (mleko, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g (07)</i> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1575.48</b> , B [g]: <b>75.78</b> , T [g]: <b>45.13</b> , W [g]: <b>229.03</b> , Błonnik [g]: <b>26.18</b> , Cukier [g]: <b>71.05</b> , Sód [mg]: <b>953.93</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>11.27</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa krem z zielonych warzyw z mięsem gotowanym i śmietanką 501g (09,07)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, późne, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Kasza jaglana, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Cukinia)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                         | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z mięsem i makaronem 499g (09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy 200g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Kalafior, mrożony, Filety z kurczaka, gotowane, Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (mleko, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g (07)</i> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                         | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna                                                                                                                 | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                           | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                           | Dobry Posiłek                                                                                                                                              |
| E [kcal]: 2353.97, B [g]: 90.06, T [g]: 96.87, W [g]: 297.41, Błonnik [g]: 32.46, Cukier [g]: 54.57, Sód [mg]: 2390.19, Kwasy tł. nas. [g]: 26.59 | <p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g<br/><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g <u>(03)</u><br/><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Szczypiorek, Masło roślinne MR)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Mandarynki 130g</p> | <p>Rosół z makaronem 400g <u>(09.01)</u><br/><i>(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))</i></p> <p>Udko z kurczaka (parowane) 150g<br/><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Sos majerankowy 150g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <u>(09)</u>, 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) ), Majeranek suszony)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 100g<br/><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Budyń śmietankowy na napoju jaglanym 200g<br/><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g <u>(03)</u></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjałek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                             | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2698.88</b> , B [g]: <b>145.27</b> , T [g]: <b>105.64</b> , W [g]: <b>306.52</b> , Błonnik [g]: <b>27.06</b> , Cukier [g]: <b>84.46</b> , Sód [mg]: <b>3543.2</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>50.02</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznica z białek jaj z koperkiem</b> 100g <b>(03,07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Koper ogrodowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) <b>(07)</b>)</i><br>Sałata 30g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Wędlina drobiowa 60g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny <b>(01)</b>, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Pietruszka, liście natka pietruszki))</i><br><b>Udko z kurczaka (parowane)</b> 150g<br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy</b> 150g <b>(07,09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <b>(09)</b>, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Szpinak na gęsto (duszony)</b> 100g <b>(07)</b><br><i>(Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Serek wiejski</b> ( Serek śmietankowy <b>(mleko)</b> , sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <b>(07)</b><br>Kalafior, gotowany 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Wędlina wieprzowa 60g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniovyy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniovyy 2%, aromaty) 100g <b>(07)</b></i> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                            | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2357.37</b> , B [g]: <b>104.11</b> , T [g]: <b>102.06</b> , W [g]: <b>272.65</b> , Błonnik [g]: <b>32.79</b> , Cukier [g]: <b>78.82</b> , Sód [mg]: <b>2748.32</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>45.27</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznicza ze szczypiorkiem</b> 80g <b>(03,07)</b><br><i>(Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) <b>(07)</b>)</i><br>Ogórek kiszony 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem bezglutenowym</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Makaron bezjajeczny <b>(01)</b>, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <b>(09)</b>, Pietruszka, liście <i>(natka pietruszki)</i>)</i><br><b>Udko z kurczaka (parowane)</b> 150g<br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy</b> 150g <b>(07,09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <b>(09)</b>, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka wielowarzynna z olejem rzepakowym</b> 100g<br><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <b>(mleko)</b> , sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <b>(07)</b><br>Ogórek świeży 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwinowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwinowy 2%, aromaty) 100g <b>(07)</b></i> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                        | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska                                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek*                                                                                              | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| E [kcal]: 2372.63, B [g]: 89.03, T [g]: 86.8, W [g]: 328.42, Błonnik [g]: 37.21, Cukier [g]: 78.78, Sód [mg]: 2698.47, Kwasy tł. nas. [g]: 41.02 | <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07)</p> <p>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07))</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Mandarynki 130g</p> | <p>Rosół z makaronem na wywarze warzywnym 400g (09,01)</p> <p>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki))</p> <p>Kotlety z soczewicy (pieczone) 120g (01,03)</p> <p>(Cebula, Soczewica czerwona, nasiona suche, Jaja kurze całe (03), Marchew, Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Mąka orkiszowa jasna (01), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Czosnek, Papryka w proszku)</p> <p>Sos majerankowy 150g (07,09)</p> <p>(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Majeranek suszony)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g</p> <p>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 100g</p> <p>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Budyń śmietankowy 200g (07)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</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>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami</p> <p>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (mleko, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty) 100g (07)</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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                       | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2258.03</b> , B [g]: <b>91.46</b> , T [g]: <b>87.12</b> , W [g]: <b>293.37</b> , Błonnik [g]: <b>33.9</b> , Cukier [g]: <b>72.06</b> , Sód [mg]: <b>2895.22</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.41</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i><br>Hummus pomidorowy 80g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Chleb graham 90g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jabłko 160g  | <b>Zupa gulaszowa z ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i><br><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie)</b> 300g <u>(01,07)</u><br><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g <u>(01,07,06)</u></b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko)</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) <b>150g <u>(07)</u></b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                      | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2176.23</b> , B [g]: <b>108.4</b> , T [g]: <b>66.68</b> , W [g]: <b>295.45</b> , Błonnik [g]: <b>26.93</b> , Cukier [g]: <b>72.5</b> , Sód [mg]: <b>2577</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>35.77</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II Śniadanie         | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                              | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki orkiszowe)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana)</b> 100g<br><i>(Marchewka mini (babe))</i><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jabłko parowane 160g | <b>Zupa gulaszowa z ziemniakami (łatwostrawna)</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Ziemniaki, późne, Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kotlet ryżowo - mięsny w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 300g<br><i>(Ryż biały, gotowany, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jutrzienka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01.07.06)</b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <b>mleko</b> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyнки (2,3%), aromaty) <b>150g (07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2166.23</b> , B [g]: <b>108.24</b> , T [g]: <b>65.68</b> , W [g]: <b>295.33</b> , Błonnik [g]: <b>26.93</b> , Cukier [g]: <b>72.42</b> , Sód [mg]: <b>2621.88</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>25.09</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana)</b> 100g<br><i>(Marchewka mini (babe))</i><br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami (łatwostrawna)</b> 400g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kotlet ryżowo - mięsny w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 300g<br><i>(Ryż biały, gotowany, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br>Masło roślinne MR 20g<br>Wędlina drobiowa 60g<br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzienka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01.07.06)</b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <b>mleko</b> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) <b>150g (07)</b> |

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

| Jadłospis                                                          | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                    | <p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jabłko 160g  | <p><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>sele</u>r, por ) <u>(09)</u>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie)</b> 300g <u>(01,07)</u><br/><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 75g<br/><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Salata z oliwą i warzywami</b> 75g<br/><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Salata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | Chleb pszenny graham <i>(mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże )</i> 90g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko)</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: 2127.26, B [g]: 126.51, T [g]: 69.85, W [g]: 256.82, Błonnik [g]: 24.36, Cukier [g]: 81.02, Sód [mg]: 1352.52, Kwasy tł. nas. [g]: 35.28        | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki orkiszowe na mleku z masłem i musem owocowym</b> 500g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Mus owocowy, Płatki orkiszowe, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>)</i><br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 150g <u>(07)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                              | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami (łatwostrawna)</b> 400g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kotlet ryżowo - mięsny w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 300g<br><i>(Ryż biały, gotowany, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanaka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego</b> 501g <u>(09.01.03)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Kasza manna <u>(01)</u>, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: 1268.47, B [g]: 64.12, T [g]: 29.33, W [g]: 195.87, Błonnik [g]: 22.67, Cukier [g]: 49.13, Sód [mg]: 1575.69, Kwasy tł. nas. [g]: 11.39 | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki</b> 500g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Zupa jarzynowa, mrożona <u>(09)</u>, Ryż biały, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami (łatwostrawna)</b> 400g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanaka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego</b> 501g <u>(09.01.03)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Kasza manna <u>(01)</u>, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u>, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                        | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                          |                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna</b><br><br>E [kcal]: <b>2132.36</b> , B [g]: <b>74.99</b> , T [g]: <b>76.62</b> , W [g]: <b>302.45</b> , Błonnik [g]: <b>37.21</b> , Cukier [g]: <b>71.05</b> , Sód [mg]: <b>4404.26</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>18.31</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                  | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                               | Dobry Posiłek                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Płatki orkiszowe na napoju jaglanym</b> 300g<br><i>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki orkiszowe)</i><br>Hummus pomidorowy 80g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb graham 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jabłko 160g  | <b>Zupa gulaszowa z ziemniakami</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>sele</b>r, por ) <b>(09)</b>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i><br><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie)</b> 300g <b>(01)</b><br><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <b>(01)</b>, Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny sojowy 200g <b>(06)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br>Wędlina drobiowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Mus OWOLOVE Jabłkowo-truskawkowy (83% przecier z jabłek, 17% przecier z truskawek.) 200g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                            | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2517.03</b> , B [g]: <b>129.32</b> , T [g]: <b>93.92</b> , W [g]: <b>298.45</b> , Błonnik [g]: <b>27.21</b> , Cukier [g]: <b>74.98</b> , Sód [mg]: <b>3287.4</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>51.27</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki orkiszowe)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br><b>Marchewka mini na ciepło (gotowana)</b> 100g<br><i>(Marchewka mini (babe))</i><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Serek śmietankowy naturalny 80g <b>(07)</b> | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami (łatwostrawna)</b> 400g <b>(09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Ziemniaki, późne, Wieprzowina, szynka surowa, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy)</i><br><b>Kotlet ryżowo - mięsny w sosie pomidorowym (gotowanie)</b> 300g<br><i>(Ryż biały, gotowany, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br><b>Pasta z białek jaj i szynki</b> 80g <b>(03)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Wędlina wieprzowa)</i> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzienka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku <b>(z mleka)</b> , emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01.07.06)</b><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <b>mleko</b> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyнки (2,3%), aromaty) <b>150g (07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                           | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2230.9</b> , B [g]: <b>82.11</b> , T [g]: <b>89.8</b> , W [g]: <b>291.38</b> , Błonnik [g]: <b>36.17</b> , Cukier [g]: <b>72.64</b> , Sód [mg]: <b>2847</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.84</b>       | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Kasza kukurydziana na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Kasza kukurydziana)</i><br>Hummus pomidorowy 80g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g   | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i><br><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie)</b> 300g <u>(01,07)</u><br><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe <sup>(100% ryż brązowy)</sup> 25g<br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko)</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u>                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b><br><br>E [kcal]: <b>2380.03</b> , B [g]: <b>82.66</b> , T [g]: <b>94.84</b> , W [g]: <b>317.02</b> , Błonnik [g]: <b>37.26</b> , Cukier [g]: <b>74.53</b> , Sód [mg]: <b>2300.68</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.84</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 300g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i><br>Hummus pomidorowy 80g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Chleb graham 90g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa jarzynowa z brukselką i ryżem</b> 400g <u>(09)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Ryż biały, Zupa jarzynowa, mrożona <u>(09)</u>, Brukselka, mrożona, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie)</b> 300g <u>(01,07)</u><br><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                           | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br><b>Salatka z buraka sera fety i roszponki</b> 80g <u>(07)</u><br><i>(Buraki, Ser typu Feta <u>(07)</u>, Roszponka, Oliwa z oliwek)</i><br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Jaja kurze całe, gotowane 50g <u>(03)</u> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <u>pszenna</u> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku <u>(z mleka)</u> , emulgator (lecytyna <u>sojowa</u> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromaty) 16g <u>(01,07,06)</u><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko)</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u> |

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                           | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2250.14</b> , B [g]: <b>96.43</b> , T [g]: <b>75.19</b> , W [g]: <b>311.96</b> , Błonnik [g]: <b>36.91</b> , Cukier [g]: <b>80.48</b> , Sód [mg]: <b>2002.37</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>40.02</b>    | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04.07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb żytni razowy 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                 | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09.01)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g</b><br><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Sos koperkowy 150g (07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Colesław 100g (07)</b><br><i>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczerek*</b><br><br>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b> ), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b> , drożdże, gluten <b>pszenny</b> , sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07) | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Ser żółty 40g (07)<br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                   | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku (z <b>mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g (01,07,06) |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2219.37</b> , B [g]: <b>102.95</b> , T [g]: <b>68.55</b> , W [g]: <b>308.68</b> , Błonnik [g]: <b>28.63</b> , Cukier [g]: <b>76.68</b> , Sód [mg]: <b>1700.34</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>35.85</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04.07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09.01)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g</b><br><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Sos koperkowy 150g (07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Brokuł na parze z oliwa z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                        | <b>Podwieczerek*</b><br><br>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b> ), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b> , drożdże, gluten <b>pszenny</b> , sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07) | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)<br>Sałata 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku (z <b>mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g (01,07,06) |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2109.36</b> , B [g]: <b>102.46</b> , T [g]: <b>57.24</b> , W [g]: <b>307.31</b> , Błonnik [g]: <b>29.18</b> , Cukier [g]: <b>74.31</b> , Sód [mg]: <b>1720.28</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>18.98</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                              | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <b>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło roślinne MR 20g<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Banan 130g   | <b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g</b><br><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Sos koperkowy 150g</b><br><i>(Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Brokuł na parze z oliwa z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot wielowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b> ), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b> , drożdże, gluten <b>pszenny</b> , sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g <b>(01,07)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Masło roślinne MR 20g<br>Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g <b>(07)</b><br>Sałata 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br>Jutrzienka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku <b>(z mleka)</b> , emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01.07,06)</b> |

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

| Jadłospis                                                          | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny                                                                                                                           |
|                                                                    | <p>Płatki owsiane na mleku 300g <u>(07,01)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki owsiane <u>(01)</u>)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g <u>(04,07)</u><br/><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <u>(04)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Dynia, Kasza kuskus <u>(01)</u>, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g<br/><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Sos koperkowy 150g <u>(07)</u><br/><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Colesław 75g <u>(07)</u><br/><i>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Pieprz czarny)</i></p> <p>Brokuły, gotowane 75g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Hummus z soczewicy 40g<br/><i>(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p>Pomidor 100g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Ser żółty 40g <u>(07)</u></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g</p> |

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

| Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                              |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta papkowata</b><br><br>E [kcal]: <b>1938.06</b> , B [g]: <b>110.56</b> , T [g]: <b>65.75</b> , W [g]: <b>234.46</b> , Błonnik [g]: <b>28.64</b> , Cukier [g]: <b>95.31</b> , Sód [mg]: <b>2146.23</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>31.84</b>    | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku z masłem i musem owocowym</b> 500g <u>(07.01)</u><br>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Mus owocowy, Płatki owsiane <u>(01)</u> , Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <u>(07)</u> )<br><b>Pasta z tuńczyka</b> 150g <u>(04.07)</u><br>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <u>(04)</u> , Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u> )<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g              | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus</b> 400g <u>(09.01)</u><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por ) <u>(09)</u> , Dynia, Kasza kuskus <u>(01)</u> , Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)<br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany)</b> 120g<br>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)<br><b>Sos koperkowy</b> 150g <u>(07)</u><br>(Woda, Smietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u> , Koper ogrodowy, Pieprz czarny)<br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 200g<br>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)<br><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br>(Brokuły, Oliwa z oliwek)<br><b>Kompot wielowocowy</b> 250g<br>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)) | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <u>(07)</u><br>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Budyń śmietankowy bez cukru) | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem, mięsem gotowanym i żółtkiem</b> 500g <u>(09.01.03)</u><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por ) <u>(09)</u> , Szynka wieprzowa, gotowana, Makaron czterojącyczny <u>(01.03)</u> , Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u> , Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona</b><br><br>E [kcal]: <b>1120.36</b> , B [g]: <b>57.25</b> , T [g]: <b>28.57</b> , W [g]: <b>166.05</b> , Błonnik [g]: <b>24.83</b> , Cukier [g]: <b>67</b> , Sód [mg]: <b>2210.62</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>9.41</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa</b> 500g <u>(09.03)</u><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por ) <u>(09)</u> , Ziemniaki, gotowane, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u> , Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mus bananowy 200g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym</b> 451g <u>(09.01)</u><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por ) <u>(09)</u> , Dynia, Kasza kuskus <u>(01)</u> , Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)<br><b>Kompot wielowocowy</b> 250g<br>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <u>(07)</u><br>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Budyń śmietankowy bez cukru) | <b>Kolacja</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem, mięsem gotowanym i żółtkiem</b> 500g <u>(09.01.03)</u><br>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por ) <u>(09)</u> , Szynka wieprzowa, gotowana, Makaron czterojącyczny <u>(01.03)</u> , Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u> , Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                       | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta bezmleczna                                                                                                               | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| E [kcal]: 2390.9, B [g]: 91.16, T [g]: 67.7, W [g]: 373.49, Błonnik [g]: 44.49, Cukier [g]: 72.33, Sód [mg]: 1735.79, Kwasy tł. nas. [g]: 19.75 | <p>Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01)</p> <p>(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane (01))</p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,06)</p> <p>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny sojowy (06))</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01)</p> <p>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g</p> <p>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</p> <p>Sos koperkowy 150g</p> <p>(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)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g</p> <p>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Coleśław 100g (06)</p> <p>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny sojowy (06), Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Hummus z soczewicy 80g</p> <p>(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g</p> <p>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g</p> |

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

| Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2433.87</b> , B [g]: <b>132.91</b> , T [g]: <b>77.17</b> , W [g]: <b>312.92</b> , Błonnik [g]: <b>28.63</b> , Cukier [g]: <b>79.77</b> , Sód [mg]: <b>2441.94</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.51</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 300g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04.07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Pomidor b/s 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br>Serek grani ( ziarna twarogowe (z <b>mleka</b> ), śmietanka (z <b>mleka</b> ) , sól ) 150g (07) | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09.01)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>sele</b>er, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g</b><br><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Sos koperkowy 150g (07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot wielowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                   | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b> ), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b> , drożdże, gluten <b>pszenny</b> , sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01.07) | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)<br>Sałata 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g<br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04.07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br>Jutrzenska BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku (z <b>mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g (01.07.06) |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta bezglutenowa</b><br><br>E [kcal]: <b>2201.85</b> , B [g]: <b>89.69</b> , T [g]: <b>76.13</b> , W [g]: <b>308.74</b> , Błonnik [g]: <b>39.53</b> , Cukier [g]: <b>81.62</b> , Sód [mg]: <b>1914.5</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>39.22</b>     | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki gryczane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04.07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb bezglutenowy 90g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                               | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną 400g (09)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>sele</b>er, por ) (09), Dynia, Kasza jagłana, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany) 120g</b><br><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Sos koperkowy 150g (07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 200g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Colesław 100g (07)</b><br><i>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Pieczywo chrupkie jaglane 30g (01)                                                                                                                                                                                                                                             | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb bezglutenowy 90g<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Ser żółty 40g (07)</b><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g                                                                                                                                                                                                                   | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g                                                                                                                                                                                                                                                                       |

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

| Jadłospis                                                                                                                                        | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska                                                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                      | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| E [kcal]: 2425.71, B [g]: 77.97, T [g]: 79.04, W [g]: 370.63, Błonnik [g]: 51.6, Cukier [g]: 94.51, Sód [mg]: 2135.91, Kwasy tł. nas. [g]: 36.91 | <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Smalczyk z fasoli i cebuli z jabłkiem 80g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 90g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400g (09,01)</p> <p>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p>Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g</p> <p>(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Groszek zielony, Woda, Pieprz ziółowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g</p> <p>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Colesław 100g (07)</p> <p>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Sucharki ( mąka pszenna (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka), glukoza, ekstrakt słodowy jęczmienny, drożdże, gluten pszenny, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01,07)</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g</p> <p>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka pszenna, cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku (z mleka), emulgator (lecytyna sojowa), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g (01,07,06)</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

| Jadłospis                                                                                                                                          | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa                                                                                                                  | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II Śniadanie        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                        | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| E [kcal]: 2575.39, B [g]: 88.45, T [g]: 101.41, W [g]: 346.05, Błonnik [g]: 39.99, Cukier [g]: 60.23, Sód [mg]: 2551.82, Kwasy tł. nas. [g]: 42.01 | <p>Płatki jaglane na mleku 300g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g <u>(03,10)</u><br/><i>(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>)</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Gruszka 130g</p> | <p>Krem z białej fasoli z grzankami 400g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <u>(01)</u>, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g <u>(03,01)</u><br/><i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)</i></p> <p>Sos jogurtowy 150g <u>(07)</u><br/><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <u>(01)</u></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g<br/><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Kisiel truskawkowy 200g<br/><i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</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>Keccup (ketchup) 15g</p> | <p>Kefir Sokółski MLEKPOL (<u>mleko</u>, <u>mleko</u> w proszku, białka <u>mleka</u>, kultury bakterii mlekowych) 150g <u>(07)</u></p> <p>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                         | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna</b><br><br>E [kcal]: <b>2381.16</b> , B [g]: <b>89.73</b> , T [g]: <b>95.6</b> , W [g]: <b>304.85</b> , Błonnik [g]: <b>27.76</b> , Cukier [g]: <b>60.69</b> , Sód [mg]: <b>2227.94</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>42.22</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Pasta z białek jaj i sera</b> 80g <b>(03,07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Ser twarogowy (twaróg) chudy <b>(07)</b>)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> 400g <b>(07)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)</i><br><b>Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)</b> 150g <b>(03,01,07)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła <b>(01)</b>, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Śmietana, 12% tłuszczu <b>(07)</b>, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b><br><b>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel truskawkowy</b> 200g<br><i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br>Ketchup (ketchup) 15g<br>Pomidor b/s 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kefir Sokółski MLEKPOL ( <b>mleko</b> , <b>mleko</b> w proszku, białka <b>mleka</b> , kultury bakterii mlekowych) 150g <b>(07)</b><br><b>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe</b> (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                  | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b><br><br>E [kcal]: <b>2075.81</b> , B [g]: <b>85.41</b> , T [g]: <b>65.32</b> , W [g]: <b>302.53</b> , Błonnik [g]: <b>29.9</b> , Cukier [g]: <b>58.42</b> , Sód [mg]: <b>1601.96</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>19.95</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Pasta z białek jaj i sera</b> 80g <b>(03.07)</b><br><i>(Białko jaja kurzego <b>(03)</b>, Ser twarogowy (twaróg) chudy <b>(07)</b>)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Masło roślinne</b> MR 20g<br><b>Chleb pszenny</b> ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko parowane 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> 400g<br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)</i><br><b>Pulpety drobiowe w sosie jarzynowym (gotowanie)</b> 150g <b>(03.01.09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Włoszczyzna świeża <b>(09)</b>, Woda, Bułka pszenna zwykła <b>(01)</b>, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana</b> 200g <b>(01)</b><br><b>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek</b> 100g<br><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel truskawkowy</b> 200g<br><i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Chleb pszenny</b> ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło roślinne</b> MR 20g<br><b>Potrawka z kurczaka - gotowana</b> 119g<br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Cukinia, Kalafior)</i><br><b>Pomidor b/s</b> 100g<br><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br><b>Kefir Sokółski MLEKPOL</b> ( <b>mleko</b> , <b>mleko</b> w proszku, białka <b>mleka</b> , kultury bakterii mlekowych) 150g <b>(07)</b><br><b>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe</b> (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                      | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów</b><br><br>E [kcal]: <b>2658.32</b> , B [g]: <b>99.71</b> , T [g]: <b>104.8</b> , W [g]: <b>350.86</b> , Błonnik [g]: <b>46.52</b> , Cukier [g]: <b>65</b> , Sód [mg]: <b>2646.42</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>44.27</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Płatki jaglane na mleku</b> 300g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki jaglane)</i><br><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> 80g <b>(03,10)</b><br><i>(Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) <b>(03,10)</b>)</i><br>Rzodkiewka 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb graham 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Gruszka 130g | <b>Krem z białej fasoli z grzankami pełnoziarnistymi</b> 400g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie)</b> 120g <b>(03,01)</b><br><i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) <b>(01)</b>, Jaja kurze całe <b>(03)</b>, Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)</i><br><b>Sos jogurtowy</b> 150g <b>(07)</b><br><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Zioła prowansalskie)</i><br>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g <b>(01)</b><br><b>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek</b> 75g<br><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i><br>Brukselka, gotowana 75g<br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <b>(01)</b><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 20g <b>(07)</b><br>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 100g<br>Kecsup (ketchup) 15g<br>Ogórek świeży 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Kefir Sokółski MLEKPOL ( <b>mleko</b> , <b>mleko</b> w proszku, białka <b>mleka</b> , kultury bakterii mlekowych) 150g <b>(07)</b><br>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g |

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta papkowata

E [kcal]: **2104.5**, B [g]: **94.41**, T [g]: **85.07**, W [g]: **253.82**, Błonnik [g]: **26.43**, Cukier [g]: **71.97**, Sód [mg]: **1195.45**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.6**

Śniadanie

**Płatki jaglane na mleku z masłem i musem owocowym** 500g **(07)**  
(*Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Płatki jaglane*)  
**Pasta z białek jaj i sera** 150g **(03,07)**  
(*Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))*)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

środa (2026-10-07)

Obiad

**Zupa jarzynowa z ziemniakami** 400g **(07)**  
(*Woda, Ziemniaki, późne, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony*)  
**Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 150g **(03,01,07)**  
(*Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny*)  
Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g **(01)**  
**Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek** 100g  
(*Marchew, Jabłko, 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))*)

Podwieczorek\*

**Kisiel truskawkowy** 200g  
(*Woda, kisiel truskawkowy*)

Kolacja

**Rosół z mięsem i makaronem** 499g **(09,01)**  
(*Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała*)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Kefir Sokółski MLEKPOL (mleko, mleko w proszku, białka **mleka**, kultury bakterii mlekowych) 150g **(07)**

28.09-07.10.2026 dieta płynna wzmocniona

E [kcal]: **1619.64**, B [g]: **64.89**, T [g]: **79.46**, W [g]: **172.58**, Błonnik [g]: **20.48**, Cukier [g]: **41.69**, Sód [mg]: **2010.88**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.47**

Śniadanie

**Krupnik z kasza jaglaną, mięsem gotowanym i żółtkiem** 499g **(09,03,07)**  
(*Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Mięso z indyka gotowane, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Kasza jaglana, gotowana, Żółtko jaja kurzego (03), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe*)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Obiad

**Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabelana** 500g **(07)**  
(*Woda, Ziemniaki, późne, Szynka wieprzowa, gotowana, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Sól biała*)  
**Kompot z owoców mieszanych** 250g  
(*Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*)

Podwieczorek\*

**Kisiel truskawkowy** 200g  
(*Woda, kisiel truskawkowy*)

Kolacja

**Rosół z mięsem i makaronem** 499g **(09,01)**  
(*Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała*)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Kefir Sokółski MLEKPOL (mleko, mleko w proszku, białka **mleka**, kultury bakterii mlekowych) 150g **(07)**

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta  
bezmleczna

E [kcal]: **2391.51**, B [g]: **66.73**, T [g]: **96.53**, W [g]: **336.03**, Błonnik [g]: **45.03**, Cukier [g]: **54.63**, Sód [mg]: **2292.64**, Kwasy tł. nas. [g]: **26.21**

Śniadanie

**Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g**  
*(Napój jaglany ( woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)*  
**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))*  
Rzodkiewka 100g  
Masło roślinne MR 20g  
Chleb graham 90g (01)  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Gruszka 130g

środa (2026-10-07)

Obiad

**Krem z białej fasoli z grzankami 400g (09,01)**  
*(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)*  
**Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01)**  
*(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Jaja kurze całe (03), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)*  
**Sos majerankowy 150g (09)**  
*(Woda, Włoszczyzna świeża (09), Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbát 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny) ), Majeranek suszony)*  
**Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)**  
**Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g**  
*(Marchew, Jabłko, 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))*

Podwieczorek\*

**Kisiel truskawkowy 200g**  
*(Woda, kisiel truskawkowy)*

Kolacja

**Chleb pszenny** ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) **90g (01)**  
**Masło roślinne MR 20g**  
**Parówki drobiowe** ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) **100g**  
**Ketchup (ketchup) 15g**  
**Ogórek świeży 100g**  
**Herbata czarna, napar bez cukru 250g**

Dobry Posiłek

**Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka** (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) **100g**

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta bogatobiałkowa

E [kcal]: **2661.6**, B [g]: **120.13**, T [g]: **111.82**, W [g]: **308.15**, Błonnik [g]: **27.89**, Cukier [g]: **63.24**, Sód [mg]: **2873.16**, Kwasy tł. nas. [g]: **48.71**

Śniadanie

**Płatki jaglane na mleku** 300g (07)  
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)*

**Pasta z białek jaj i sera** 80g (03,07)  
*(Białko jaja kurzego (03), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07))*

**Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g

*(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)*

**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

**Wędlina wieprzowa** 60g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

środa (2026-10-07)

Obiad

**Zupa jarzynowa z ziemniakami** 400g (07)  
*(Woda, Ziemniaki, późne, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Marchew, Pietruszka, korzeń, Liście laurowe, suszone, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)*

**Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 150g (03,01,07)

*(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)*

**Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana** 200g (01)

**Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek** 100g

*(Marchew, Jabłko, 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))*

Podwieczorek\*

**Kisiel truskawkowy** 200g  
*(Woda, kisiel truskawkowy)*

Kolacja

**Chleb pszenny** ( mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)

**Masło ekstra** ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)

**Parówki drobiowe** ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty,

glukoza ) 100g

**Ketchup (ketchup)** 15g

**Pomidor b/s** 100g

**Herbata czarna, napar bez cukru** 250g

**Twarożek z koperkiem** 80g (07)

*(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koper ogrodowy)*

Dobry Posiłek

**Kefir Sokółski MLEKPOL** (mleko, mleko w proszku, białka mleka, kultury bakterii mlekowych) 150g (07)

**Rymut Chrupkie pieczywo**

**kukurydziano - ryżowe** (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g

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

Jadłospis

28.09-07.10.2026 dieta  
bezglutenowa

E [kcal]: **2528.49**, B [g]: **82.74**, T [g]: **107.14**, W [g]: **328.72**, Błonnik [g]: **44.23**, Cukier [g]: **67.48**, Sód [mg]: **2538.69**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.37**

Śniadanie

**Płatki jaglane na mleku** 300g (07)  
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)*  
**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))*  
Rzodkiewka 100g  
Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)  
Chleb bezglutenowy 90g  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

II Śniadanie

Gruszka 130g

środa (2026-10-07)

Obiad

**Krem z białej fasoli z grzankami bezglutenowymi** 400g (09)  
*(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, **seler**, por ) (09), Fasola biała, nasiona suche, Chleb bezglutenowy, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)*  
**Kotlety z ciecierzycy (pieczenie)** 120g (03)  
*(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta bezglutenowa, Jaja kurze całe (03), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)*  
**Sos jogurtowy** 150g (07)  
*(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Zioła prowansalskie)*  
Kasza gryczana, gotowana 200g  
**Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek** 100g  
*(Marchew, Jabłko, 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))*

Podwieczorek\*

**Kisiel truskawkowy** 200g  
*(Woda, kisiel truskawkowy)*

Kolacja

Chleb bezglutenowy 90g  
Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)  
Ogórek świeży 100g  
Herbata czarna, napar bez cukru 250g  
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

Dobry Posiłek

Kefir Sokółski MLEKPOL (mleko, mleko w proszku, białka mleka, kultury bakterii mlekowych) 150g (07)  
Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g

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

| środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Jadłospis                                                                                                                                                                                                        | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                          | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Podwieczorek*                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Dobry Posiłek                                                                                                                                                  |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta wegetariańska</b>                                                                                                                                                                      | <b>Płatki jaglane na mleku 300g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i>                                                                                                                                             | Gruszka 130g | <b>Krem z białej fasoli z grzankami 400g (09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny ( mąka pszena 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i> | <b>Kisiel truskawkowy 200g (Woda, kisiel truskawkowy)</b> | <b>Chleb pszenny</b> ( mąka pszena 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>90g (01)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Kefir Sokółski MLEKPOL</b> (mleko, mleko w proszku, białka mleka, kultury bakterii mlekowych) <b>150g (07)</b>                                              |
| E [kcal]: <b>2558.39</b> , B [g]: <b>86.65</b> , T [g]: <b>99.11</b> , W [g]: <b>347.15</b> , Błonnik [g]: <b>42.09</b> , Cukier [g]: <b>60.63</b> , Sód [mg]: <b>2923.82</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>35.85</b> | <b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b><br><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> |              | <b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01)</b><br><i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka pszena, sól, drożdże ) (01), Jaja kurze całe (03), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)</i>                                                                                                                                   |                                                           | <b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe</b> (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) <b>25g</b> |
|                                                                                                                                                                                                                  | <b>Rzodkiewka 100g</b>                                                                                                                                                                                                                             |              | <b>Sos jogurtowy 150g (07)</b><br><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Zioła prowansalskie)</i>                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                           | <b>Parówki sojowe</b> ( woda, olej rzepakowy, izolowane białko grochowe (8,5 %), substancja zagęszczająca: przetworzone wodorosty morskie z gatunku Euchema, aromaty, emulgator: metyloceluloza, warzywa suszone (cebula, czosnek), maltodekstryna, sól, cukier, substancja zagęszczająca: konjac, błonnik pszenny, skrobia kukurydziana modyfikowana, glukoza, pieprz biały mielony, barwnik: tlenki i wodorotlenki żelaza. ) <b>100g</b> |                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                  | <b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b>                                                                                                                                                                            |              | <b>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200g (01)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                           | <b>Ketchup (ketchup) 15g</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                  | <b>Chleb graham 90g (01)</b>                                                                                                                                                                                                                       |              | <b>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g</b><br><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                           | <b>Ogórek świeży 100g</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                  | <b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b>                                                                                                                                                                                                        |              | <b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                                                                  |                                                           | <b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                |

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

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2361.07</b> , B [g]: <b>97.2</b> , T [g]: <b>80.98</b> , W [g]: <b>326.11</b> , Błonnik [g]: <b>39.03</b> , Cukier [g]: <b>71.9</b> , Sód [mg]: <b>2370.1</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>36.62</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Płatki gryczane na mleku</b> 250g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i><br>Jaja kurze całe, gotowane 100g <b>(03)</b><br>Pomidor 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <u>żytnia</u> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <u>żytni</u> (mąka + woda) oraz sól ) 90g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jabłko 160g  | <b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 350g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) (09), Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 120g<br><i>(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 180g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 100g<br><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wielowowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <b>(07)</b> | Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g <b>(07)</b><br><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem</b> 80g<br><i>(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i><br>Wędlina drobiowa 30g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <u>pszenna</u> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <u>z mleka</u> ), emulgator (lecytyna <u>sojowa</u> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) <b>16g (01,07,06)</b><br><b>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan)</b> (jogurt ( <u>mleko</u> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) <b>150g (07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)</b><br><br>E [kcal]: <b>1155.33</b> , B [g]: <b>51.22</b> , T [g]: <b>35.04</b> , W [g]: <b>165.52</b> , Błonnik [g]: <b>19.14</b> , Cukier [g]: <b>39.02</b> , Sód [mg]: <b>1362.79</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>14.35</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                      | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <b>Płatki gryczane na mleku</b> 200g <b>(07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i><br>Jaja kurze całe, gotowane 25g <b>(03)</b><br>Pomidor 30g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 5g <b>(07)</b><br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka <b>żytnia</b> razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas <b>żytni</b> (mąka + woda) oraz sól ) 30g <b>(01)</b><br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g | Jabłko 80g   | <b>Zupa krem z białych warzyw z grzankami</b> 250g <b>(09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Kalafior, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie)</b> 89g<br><i>(Woda, Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 100g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki</b> 80g<br><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wielowocowy</b> 150g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g <b>(07)</b> | Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <b>(01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 5g <b>(07)</b><br>Wędlina drobiowa 30g<br>Papryka świeża 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g | Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt <b>(mleko)</b> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <b>(07)</b> |

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

| Jadłospis                                                                                            | Poniedziałek (2026-09-28)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Posiłek nocny                                                                                                                                                                            |
|                                                                                                      | <p>Płatki gryczane na mleku 250g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki gryczane)</i></p> <p>Jaja kurze całe, gotowane 100g <u>(03)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></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></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Jablko 160g  | <p>Zupa krem z białych warzyw z grzankami pełnoziarnistymi 350g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Kalafior, Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Gulasz z czerwoną soczewicą i warzywami (duszenie) 120g<br/><i>(Woda, Ciecioraka surowa (ciecierzyca), Soczewica czerwona, nasiona suche, Kminek cały, Papryka w proszku)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Surówka z ogórka kiszzonego i marchewki 75g<br/><i>(Ogórek kiszony, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kapusta na ciepło (gotowanie) 75g<br/><i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>sałatka z kurczakiem i pomidorem</b> 80g<br/><i>(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Zott Jogobella bez dodatku cukrów (ananas-banan) (jogurt <u>(mleko)</u> , kultury bakterii jogurtowych), ananas (8,5%), banany i mus bananowy (6,5%), inulina, aromaty) 150g <u>(07)</u> |

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

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

| Jadłospis                                                          | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                | Dobry Posiłek                                                                                                                                              |
|                                                                    | <p><b>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01)</b><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</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>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Mandarynki 100g</p> | <p><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350g (09)</b><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie) 280g (01,03)</b><br/><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><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (03)</b><br/><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym (03), Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p><b>Kisiel jagodowy 200g</b><br/><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)</p> <p>Ser żółty 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjałek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g</p> |

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

| Jadłospis                                                          | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                      |
|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II Śniadanie   | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek*                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dobry Posiłek                                                                                                                                        |
|                                                                    | <p><b>Płatki owsiane na mleku</b> 200g <b>(07,01)</b></p> <p><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <b>(07)</b>, Płatki owsiane <b>(01)</b>)</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 ) 40g</p> <p>Ketchup (ketchup) 10g</p> <p>Ogórek kiszony 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 5g <b>(07)</b></p> <p>Chleb graham 30g <b>(01)</b></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | Mandarynki 70g | <p><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami</b> 250g <b>(09)</b></p> <p><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) <b>(09)</b>, Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Makaron w sosie bolońskim (gotowanie)</b> 180g <b>(01,03)</b></p> <p><i>(Makaron spaghetti <b>(01,03)</b>, 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><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem</b> 40g <b>(03)</b></p> <p><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym <b>(03)</b>, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 150g</p> <p><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p><b>Kisiel jagodowy</b> 100g</p> <p><i>(Woda, Kisiel jagodowy)</i></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <b>(01)</b></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <b>(mleko)</b> ) 5g <b>(07)</b></p> <p>Ser żółty 20g <b>(07)</b></p> <p>Ogórek świeży 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka (przecier zjabłek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                            | Wtorek (2026-09-29)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                                | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny                                                                                                                                                      |
|                                                                                                      | <p><b>Płatki owsiane na mleku 250g <u>(07,01)</u></b><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki owsiane <u>(01)</u>)</i></p> <p><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 70g</p> <p><b>Keczup (ketchup) 15g</b></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>Chleb graham 90g <u>(01)</u></b></p> <p><b>Ogórek kiszony 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p> | <p>Mandarynki 100g</p> | <p><b>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 350g <u>(09)</u></b><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Ziemniaki, gotowane, Fasola szparagowa, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim (gotowanie) 280g</b><br/><i>(Makaron pełnoziarnisty, gotowany, 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><b>Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 75g <u>(03)</u></b><br/><i>(Kapusta czerwona, Majonez z olejem rzepakowym <u>(03)</u>, Cebula, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 75g</b><br/><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 30g <u>(01)</u></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p><b>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 50g <u>(11)</u></b></p> <p><b>Rzodkiewka 50g</b></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p><b>Ser żółty 40g <u>(07)</u></b></p> <p><b>Ogórek świeży 100g</b></p> <p><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b></p> | <p><b>Tymbark Mus Vega jabłko burak truskawka</b> (przecier zjablek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g</p> |

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

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                          | środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2178.81</b> , B [g]: <b>115.09</b> , T [g]: <b>71.21</b> , W [g]: <b>284.66</b> , Błonnik [g]: <b>29.59</b> , Cukier [g]: <b>57.25</b> , Sód [mg]: <b>2234.57</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>32.38</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 350g (09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron czterojącyczny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 120g (07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))</i><br>Ryż biały, gotowany 180g<br><b>Surówka z marchewki 100g</b><br><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Rzodkiewka 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g<br>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątница (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g (07) |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)</b><br><br>E [kcal]: <b>1102.77</b> , B [g]: <b>56.61</b> , T [g]: <b>32.55</b> , W [g]: <b>153.44</b> , Błonnik [g]: <b>14.85</b> , Cukier [g]: <b>30.4</b> , Sód [mg]: <b>1043.38</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>11.99</b>   | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 200g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina wieprzowa 30g<br>Papryka świeża 30g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)<br>Chleb pełnoziarnisty z żyta ( mąka żytnia razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas żytni (mąka + woda) oraz sól ) 30g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g   | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 80g  | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa pomidorowa z makaronem 250g (09,01,03)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Makaron czterojącyczny (01,03), Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Potrawka drobiowa (gotowanie) 90g (07,09)</b><br><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Śmietana, 12% tłuszczu (07))</i><br>Ryż biały, gotowany 100g<br><b>Surówka z marchewki 80g</b><br><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 150g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>   | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 100g | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)<br><b>Pasta z tuńczyka 40g (04,07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Rzodkiewka 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g   | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g                                                                                                                                                                                 |

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

| Jadłospis                                                                                            | środa (2026-09-30)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | II Śniadanie       | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                      | <p>Płatki jaglane na mleku 250g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></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></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Jabłko 160g</p> | <p>Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 350g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Makaron penne pełnoziarnisty, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Cukier, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Potrawka drobiowa (gotowanie) 120g <u>(07,09)</u><br/><i>(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p>Ryż brązowy, gotowany 180g</p> <p>Surówka z marchewki 75g<br/><i>(Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kalafior, gotowany 75g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Galaretka malinowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g <u>(04,07)</u><br/><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <u>(04)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> <p>Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica <u>(mleko</u> pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus). ) 150g <u>(07)</u></p> |

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

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

| Jadłospis                                                          | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                    | <p>Płatki żytnie na mleku 250g <u>(01.07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki żytnie <u>(01)</u>)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g <u>(11)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa selerowa z ziemniakami 350g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 120g <u>(03,01)</u><br/><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180g <u>(01)</u></p> <p>Brokuł na parze z oliwa z oliwek 100g<br/><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g <u>(01.03)</u></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g <u>(07)</u><br/><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy <u>(07)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami (gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></p> |

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

| Jadłospis                                                          | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | II Śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Podwieczorek*                                                                                                                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                    | <p>Płatki żytnie na mleku 200g <u>(01.07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki żytnie <u>(01)</u>)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 40g <u>(11)</u></p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 30g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Banan 65g</p> | <p>Zupa selerowa z ziemniakami 250g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 90g <u>(03.01)</u><br/><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 100g <u>(01)</u></p> <p>Brokuł na parze z oliwa z oliwek 80g<br/><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 15g <u>(01.03)</u></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g <u>(07)</u><br/><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy <u>(07)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka świeża 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la semik z brzoskwiniami (gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniowy, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniowy 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></p> |

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

| Jadłospis                                                                                            | Czwartek (2026-10-01)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                      | <p>Płatki żytnie na mleku 250g <u>(01,07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki żytnie <u>(01)</u>)</i></p> <p>Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g <u>(11)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Banan 130g</p> | <p>Zupa selerowa z ziemniakami 350g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)</i></p> <p>Klopsy z indyka w sosie pomidorowym (gotowanie) 120g <u>(03,01)</u><br/><i>(Mięso z udźca indyka, bez skóry, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 100g <u>(01)</u></p> <p>Brokuł na parze z oliwa z oliwek 75g<br/><i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Surówka z kapusty pekińskiej z warzywami i oliwą 75g<br/><i>(Kapusta pekińska, Kukurydza konserwowa, Oliwa z oliwek, Papryka czerwona, Koper ogrodowy, Sok z cytryny)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Pasta mięsna 40g<br/><i>(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Ogórek świeży 50g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g <u>(07)</u><br/><i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy <u>(07)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<u>mleko</u>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniový, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniový 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></p> |

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

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

| Jadłospis                                                          | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dobry Posiłek                                                                                                                             |
|                                                                    | <p>Kasza kukurydziana na mleku 250g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Gruszka 130g | <p>Zupa szczawiowa z jajkiem 350g <u>(09,03)</u><br/><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Jaja kurze całe, gotowane <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlet rybny (parowany) 90g <u>(03,01)</u><br/><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziółowy)</i></p> <p>Sos śmietanowo - ziółowy 100g <u>(07)</u><br/><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 100g<br/><i>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 200g</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 80g <u>(07)</u></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g</p> <p>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g</p> |

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

| Jadłospis                                                          | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Podwieczorek*                                                                                                                                                             | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dobry Posiłek                                                                  |
|                                                                    | <p>Kasza kukurydziana na mleku 200g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Ogórek świeży 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 30g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | Gruszka 65g  | <p>Zupa szczawiowa z jajkiem 250g <u>(09,03)</u><br/><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Jaja kurze całe, gotowane <u>(03)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlet rybny (parowany) 30g <u>(03,01)</u><br/><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i></p> <p>Sos śmietanowo - ziołowy 60g <u>(07)</u><br/><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwa z oliwek 100g<br/><i>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 150g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Galaretka jagodowa ( cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna. ) 100g</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Serek typu Fromage, naturalny 40g <u>(07)</u></p> <p>Pomidor 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Piątek (2026-10-02)                                                                                                                                                                                                                                                                      |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                    |                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>1955.53</b> , B [g]: <b>76.47</b> , T [g]: <b>88.26</b> , W [g]: <b>229.33</b> , Błonnik [g]: <b>31.03</b> , Cukier [g]: <b>51.86</b> , Sód [mg]: <b>2003.55</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>49.65</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Podwieczorek*                      | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                   | Posiłek nocny                                                                                                                  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb żytni razowy 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Gruszka 130g | <b>Zupa szczawiowa z jajkiem 350g (09,03)</b><br><i>(Woda, Szczaw, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Jaja kurze całe, gotowane (03), Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kotlet rybny (parowany) 90g (03,01)</b><br><i>(Morszczuk, filet, świeży, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta ( mąka pszenna, sól, drożdże ) (01), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i><br><b>Sos śmietanowo - ziołowy 100g (07)</b><br><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pieprz czarny, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 100g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 75g</b><br><i>(Kapusta kiszona ( kapusta biała, marchew, sól ), Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i><br><b>Kalafior na parze z oliwą z oliwek 75g</b><br><i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | Galaretka jagodowa, bez cukru 200g | Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g (01)<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Serek typu Fromage, naturalny 80g (07)<br>Pomidor 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Kubuś Mus 100% (banan, jabłko) (przecier z: bananów (66%) i jabłek (34%)) 100g<br>Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g |

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                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2193.77</b> , B [g]: <b>90.9</b> , T [g]: <b>90.96</b> , W [g]: <b>267.17</b> , Błonnik [g]: <b>30.32</b> , Cukier [g]: <b>81.71</b> , Sód [mg]: <b>2702.26</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.47</b> | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek*                                    | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 250g ( <u>01,07</u> )<br>( <i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (<u>07</u>), Płatki jęczmienne (<u>01</u>)</i> )<br>Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna ( <u>seler</u> ), <u>jaja</u> , przyprawa ziołowa, chleb <u>pszenny</u> ) 60g ( <u>01,03,09</u> )<br>Rzodkiewka 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana ( <u>mleko</u> ) ) 20g ( <u>07</u> )<br>Chleb graham 90g ( <u>01</u> )<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | Jabłko 160g  | <b>Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami</b> 350g ( <u>09</u> )<br>( <i>Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) (<u>09</u>), Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</i> )<br><b>Pampuchy z serem białym (gotowanie)</b> 220g ( <u>01,07,03</u> )<br>( <i>Jaja kurze całe (<u>03</u>), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (<u>07</u>), Mąka pszenna, typ 500 (<u>01</u>), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (<u>07</u>), Żółtko jaja kurzego (<u>03</u>), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (<u>mleko</u>) ) (<u>07</u>), Cukier, Cukier waniliowy)</i> )<br><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 80g ( <u>07</u> )<br>( <i>Jogurt typu greckiego (<u>07</u>), Truskawki, mrożone</i> )<br><b>Surówka z selera i jabłka z jogurtem</b> 100g ( <u>09,07</u> )<br>( <i>Seler korzeniowy (<u>09</u>), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (<u>07</u>)</i> )<br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br>( <i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> ) | Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g ( <u>07</u> ) | Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g ( <u>01</u> )<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana ( <u>mleko</u> ) ) 20g ( <u>07</u> )<br><b>Salatka jarzynowa</b> 80g ( <u>03,10</u> )<br>( <i>Jaja kurze całe (<u>03</u>), Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, 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>), Cebula</i> )<br>Wędlina drobiowa 30g<br>Ogórek kiszony 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                  | Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% ( <u>mleko</u> , kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g ( <u>01,07</u> )                                                                                                                               |

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

| Jadłospis                                                                                                                                      | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)                                                                             | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | II Śniadanie      | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Podwieczorek*                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                          | Dobry Posiłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| E [kcal]: 1169.09, B [g]: 57.3, T [g]: 41.73, W [g]: 147.5, Błonnik [g]: 14.92, Cukier [g]: 52.2, Sód [mg]: 1277.46, Kwasy tł. nas. [g]: 18.82 | <p>Płatki jęczmienne na mleku 200g (01,07)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</p> <p>Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (seler), jaja, przyprawa ziołowa, chleb pszenny) 30g (01,03,09)</p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Jabłko 80g</p> | <p>Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami 250g (09)</p> <p>(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)</p> <p>Pampuchy z serem białym (gotowanie) 180g (01,07,03)</p> <p>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) (07), Cukier, Cukier waniliowy)</p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 60g (07)</p> <p>(Jogurt typu greckiego (07), Truskawki, mrożone)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z jogurtem 40g (09,07)</p> <p>(Seler korzeniowy (09), Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Wędlina drobiowa 30g</p> <p>Ogórek kiszony 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki owsiane błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki owsiane błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% (mleko, kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g (01,07)</p> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Sobota (2026-10-03)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2249</b> , B [g]: <b>91.05</b> , T [g]: <b>98.74</b> , W [g]: <b>265.68</b> , Błonnik [g]: <b>35.27</b> , Cukier [g]: <b>83.53</b> , Sód [mg]: <b>2727.99</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>41.99</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jęczmienne na mleku</b> 250g <u>(01,07)</u><br>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Płatki jęczmienne <u>(01)</u> )<br><b>Pasztecik drobiowy</b> (mięso drobiowe, włoszczyzna ( <u>seler</u> ), <u>jaja</u> , przyprawa ziołowa, chleb <u>pszenny</u> ) 60g <u>(01,03,09)</u><br><b>Rzodkiewka</b> 100g<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana ( <u>mleko</u> ) ) 20g <u>(07)</u><br><b>Chleb graham</b> 90g <u>(01)</u><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Barszcz czerwony z białą fasolą i ziemniakami</b> 350g <u>(09)</u><br>(Woda, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por ) <u>(09)</u> , Kapusta biała, Ziemniaki, średnio, Fasola biała z puszki, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)<br><b>Pampuchy z serem białym (gotowanie)</b> 220g <u>(01,07,03)</u><br>(Jaja kurze całe <u>(03)</u> , Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u> , Mąka pszenna, typ 500 <u>(01)</u> , Ser twarogowy (twaróg) półtłusty <u>(07)</u> , Żółtko jaja kurzego <u>(03)</u> , Drożdże piekarskie, prasowane, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana ( <u>mleko</u> ) ) <u>(07)</u> , Cukier, Cukier waniliowy)<br><b>Polewa jogurtowo - owocowa</b> 80g <u>(07)</u><br>(Jogurt typu greckiego <u>(07)</u> , Truskawki, mrożone)<br><b>Surówka z selera i jabłka z jogurtem</b> 75g <u>(09,07)</u><br>(Seler korzeniowy <u>(09)</u> , Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u> )<br><b>Surówka z marchewki</b> 75g<br>(Marchew, Olej rzepakowy)<br><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)) | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Chleb pszenny graham</b> (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana ( <u>mleko</u> ) ) 20g <u>(07)</u><br><b>Salatka jarzynowa</b> 80g <u>(03,10)</u><br>(Jaja kurze całe <u>(03)</u> , Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, 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> , Cebula)<br><b>Wędlina drobiowa</b> 30g<br><b>Ogórek kiszony</b> 100g<br><b>Herbata czarna, napar bez cukru</b> 250g | <b>Posiłek nocny</b><br><br>Lubella Owsianka z bananami i truskawkami (gotowane płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste 40% (woda, płatki <u>owsiane</u> błyskawiczne i pełnoziarniste), przecier bananowy 14%, przecier truskawkowy 13,5%, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5% ( <u>mleko</u> , kultury bakterii mlekowych), sok truskawkowy z zagęszczonego soku z truskawek 4,5%, zagęszczony sok bananowy 3%, aromat, witaminy: C,D3,B6. ) 100g <u>(01,07)</u> |

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

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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2253.67</b> , B [g]: <b>100.41</b> , T [g]: <b>92.48</b> , W [g]: <b>269.79</b> , Błonnik [g]: <b>28.1</b> , Cukier [g]: <b>70.15</b> , Sód [mg]: <b>2703.5</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>43.12</b>  | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 250g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznica ze szczypiorkiem</b> 80g <u>(03,07)</u><br><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>)</i><br>Ogórek kiszony 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem</b> 350g <u>(09,01)</u><br><i>(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))</i><br><b>Udko z kurczaka (parowane)</b> 120g<br><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i><br><b>Sos majerankowy</b> 100g <u>(07,09)</u><br><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <u>(09)</u>, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Majeranek suszony)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 180g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka wielowarzynna z olejem rzepakowym</b> 100g<br><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 250g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 200g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <u>(mleko)</u> , sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <u>(07)</u><br>Ogórek świeży 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniov, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniov 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></i> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)</b><br><br>E [kcal]: <b>1120.16</b> , B [g]: <b>53.53</b> , T [g]: <b>38.21</b> , W [g]: <b>147.03</b> , Błonnik [g]: <b>12.78</b> , Cukier [g]: <b>48.82</b> , Sód [mg]: <b>1045.83</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>14.93</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku</b> 200g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i><br><b>Jajecznica ze szczypiorkiem</b> 40g <u>(03,07)</u><br><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>)</i><br>Ogórek kiszony 30g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u><br>Chleb żytni razowy 30g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g   | <b>II Śniadanie</b><br><br>Mandarynki 70g  | <b>Obiad</b><br><br><b>Rosół z makaronem</b> 250g <u>(09,01)</u><br><i>(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))</i><br><b>Kawałki kurczaka w sosie własnym</b> 90g<br><i>(Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Woda, Pieprz ziółowy)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem</b> 100g<br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Surówka wielowarzynna z olejem rzepakowym</b> 80g<br><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i><br><b>Kompot wieloowocowy</b> 150g<br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>                                                                                                                                  | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Budyń śmietankowy</b> 100g <u>(07)</u><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u><br>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <u>(mleko)</u> , sól, białka <b>mleka</b> ) 40g <u>(07)</u><br>Ogórek świeży 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g    | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami<br><i>(gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniov, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniov 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></i> |

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

| Jadłospis                                                                                            | Niedziela (2026-10-04)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | II Śniadanie           | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                      | <p>Płatki jaglane na mleku 250g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g <u>(03,07)</u><br/><i>(Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Szczypiorek, Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) <u>(07)</u>)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Mandarynki 130g</p> | <p>Rosół z makaronem pełnoziarnistym 350g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy <u>(09)</u>, Pietruszka, liście (natka pietruszki))</i></p> <p>Udko z kurczaka (parowane) 120g<br/><i>(Noga (udo) kurczaka, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Sos majerankowy 100g <u>(07,09)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna świeża <u>(09)</u>, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Majeranek suszony)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Szpinak na gęsto (duszony) 75g <u>(07)</u><br/><i>(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym 75g<br/><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Budyń śmietankowy 200g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Serek wiejski ( Serek śmietankowy <u>(mleko)</u>, sól, białka <b>mleka</b> ) 150g <u>(07)</u></p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (gotowany grys ryżowy 30% (woda, grys ryżowy), przecier jabłkowy 15%, jogurt naturalny 13% (<b>mleko</b>, kultury bakterii mlekowych), zagęszczony sok jabłkowy, przecier brzoskwiniový, przecier bananowy, sok bananowy z zagęszczonego soku, zagęszczony sok brzoskwiniový 2%, aromaty) 100g <u>(07)</u></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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2172.26</b> , B [g]: <b>86.71</b> , T [g]: <b>85.14</b> , W [g]: <b>280.33</b> , Błonnik [g]: <b>32.49</b> , Cukier [g]: <b>68.56</b> , Sód [mg]: <b>2809.89</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.59</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki orkiszowe na mleku 250g <u>(07)</u></b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i><br>Hummus pomidorowy 80g<br>Ogórek świeży 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Chleb graham 90g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 160g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami 350g <u>(09)</u></b><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i><br><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie) 280g <u>(01,07)</u></b><br><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g</b><br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u><br>Wędlina drobiowa 60g<br>Papryka świeża 100g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g <u>(01,07,06)</u><br>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko)</u> , kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u> |
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)</b><br><br>E [kcal]: <b>1042.5</b> , B [g]: <b>44.98</b> , T [g]: <b>35.51</b> , W [g]: <b>145.33</b> , Błonnik [g]: <b>16.49</b> , Cukier [g]: <b>35.58</b> , Sód [mg]: <b>1373.08</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>13.4</b>   | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki orkiszowe na mleku 200g <u>(07)</u></b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i><br>Hummus pomidorowy 40g<br>Ogórek świeży 30g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u><br>Chleb graham 30g <u>(01)</u><br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g   | <b>II Śniadanie</b><br><br>Jabłko 80g  | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami 250g <u>(09)</u></b><br><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i><br><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie) 180g <u>(01,07)</u></b><br><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 40g</b><br><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 150g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>  | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g <u>(07)</u> | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <u>(01)</u><br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u><br>Wędlina drobiowa 30g<br>Papryka świeża 30g<br>Herbata czarna, napar bez cukru 150g   | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Jutrzenka BeBe Herbatniki (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku ( <b>z mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g <u>(01,07,06)</u>                                                                                                                                                                                                                  |

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

| Jadłospis                                                                                            | Poniedziałek (2026-10-05)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II Śniadanie       | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Podwieczorek*                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                       |
|                                                                                                      | <p><b>Płatki orkiszowe na mleku</b> 250g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Jabłko 160g</p> | <p><b>Zupa gulaszowa z ziemniakami</b> 400g <u>(09)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Wieprzowina, szynka surowa, Papryka czerwona, Przecier pomidorowy ( woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Koper ogrodowy, Sól biała)</i></p> <p><b>Makaron w sosie szpinakowym (gotowanie)</b> 280g <u>(01,07)</u><br/><i>(Makaron bezjajeczny, gotowany <u>(01)</u>, Szpinak, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)</i></p> <p><b>Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek</b> 75g<br/><i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Salata z oliwą i warzywami</b> 75g<br/><i>(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p><b>Kompot z owoców mieszanych</b> 250g<br/><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 <u>(07)</u></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <b>pszenna</b> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Zott Jogobella bez dodatku cukrów (pieczone jabłko) (jogurt <u>(mleko)</u>, kultury bakterii jogurtowych), jabłko i sok jabłkowy z koncentratu (12,7%), inulina, rodzyunki (2,3%), aromaty) 150g <u>(07)</u></p> |

01-Zboża zawierające gluten, 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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2104.73</b> , B [g]: <b>86.82</b> , T [g]: <b>69.95</b> , W [g]: <b>296.1</b> , Błonnik [g]: <b>34.91</b> , Cukier [g]: <b>76.45</b> , Sód [mg]: <b>1950.18</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>37.75</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki owsiane na mleku 250g (07.01)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i><br><b>Pasta z tuńczyka 80g (04.07)</b><br><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i><br>Papryka świeża 100g<br>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br>Chleb żytni razowy 90g (01)<br>Herbata czarna, napar bez cukru 250g | <b>II Śniadanie</b><br><br>Banan 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 350g (09.01)</b><br><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Filet z indyka w ziołach (parowany) 90g</b><br><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i><br><b>Sos koperkowy 100g (07)</b><br><i>(Woda, Smietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i><br><b>Ziemniaki z koperkiem 180g</b><br><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i><br><b>Colesław 100g (07)</b><br><i>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pieprz czarny)</i><br><b>Kompot wieloowocowy 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br>Sucharki ( mąka <b>pszenna</b> (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z <b>mleka</b> ), glukoza, ekstrakt słodowy <b>jeczmienny</b> , drożdże, gluten <b>pszenny</b> , sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 30g (01.07) | <b>Kolacja</b><br><br>Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 90g (01)<br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 20g (07)<br><b>Ser żółty 40g (07)</b><br><b>Rzodkiewka 100g</b><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g<br><b>Jutrzenska BeBe Herbatniki</b> (mąka <b>pszenna</b> , cukier, oleje roślinne: palmowy, rzepakowy, tłuszcz palmowy - w zmiennych proporcjach syrop cukru inwertowanego, serwatka z proszku (z <b>mleka</b> ), emulgator (lecytyna <b>sojowa</b> ), sól, substancje spulchniające (E 500, E 450), aromat) 16g (01.07.06) |

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

| Jadłospis                                                                                                                                       | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                         |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)                                                                              | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | II Śniadanie     | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                    | Dobry Posiłek                                                                                                                           |
| E [kcal]: 997.62, B [g]: 43.24, T [g]: 27.43, W [g]: 151.43, Błonnik [g]: 18.52, Cukier [g]: 46.77, Sód [mg]: 865.77, Kwasy tł. nas. [g]: 14.11 | <p>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01)</p> <p>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</p> <p>Pasta z tuńczyka 40g (04,07)</p> <p>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</p> <p>Papryka świeża 30g</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>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 250g (09,01)</p> <p>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, seler, por ) (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</p> <p>Filet z indyka w ziołach (parowany) 30g</p> <p>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</p> <p>Sos koperkowy 60g (07)</p> <p>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 100g</p> <p>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</p> <p>Colesław 80g (07)</p> <p>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pieprz czarny)</p> <p>Kompot wieloowocowy 150g</p> <p>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</p> | <p>Sucharki ( mąka pszenna (86%), olej słonecznikowy, serwatka w proszku (z mleka), glukoza, ekstrakt słodowy jeczmienny, drożdże, gluten pszenny, sól, mąka sojowa, emulgatory, lecytyna sojowa, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy ) 15g (01,07)</p> | <p>Chleb pszenny ( mąka pszenna 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) 5g (07)</p> <p>Ser żółty 20g (07)</p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g</p> |

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

| Jadłospis                                                                                            | Wtorek (2026-10-06)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | II Śniadanie | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Podwieczorek*                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Posiłek nocny                                                                                                                    |
|                                                                                                      | <p>Płatki owsiane na mleku 250g <u>(07,01)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki owsiane <u>(01)</u>)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g <u>(04,07)</u><br/><i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) <u>(04)</u>, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>)</i></p> <p>Papryka świeża 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Banan 130g   | <p>Zupa dyniowa z kaszą kuskus 350g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Dynia, Kasza kuskus <u>(01)</u>, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Filet z indyka w ziołach (parowany) 30g<br/><i>(Mięso z piersi indyka, bez skóry, Oliwa z oliwek, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Sos koperkowy 100g <u>(07)</u><br/><i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu <u>(07)</u>, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g<br/><i>(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)</i></p> <p>Colesław 75g <u>(07)</u><br/><i>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Pieprz czarny)</i></p> <p>Brokuły, gotowane 75g</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Hummus z soczewicy 40g<br/><i>(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)</i></p> <p>Pomidor 100g</p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Ser żółty 40g <u>(07)</u></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jablek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g |

01-Zboża zawierające gluten, 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

| Jadłospis                                                                                                                                                                                                                                                                                        | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (3-18lat)</b><br><br>E [kcal]: <b>2319.27</b> , B [g]: <b>77.59</b> , T [g]: <b>89.09</b> , W [g]: <b>319.1</b> , Błonnik [g]: <b>36.74</b> , Cukier [g]: <b>55.09</b> , Sód [mg]: <b>2250.34</b> , Kwasy tł. nas. [g]: <b>38.26</b> | <b>Śniadanie</b><br><br><b>Płatki jaglane na mleku 250g (07)</b><br><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i><br><b>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03,10)</b><br><i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez ( Olej rzepakowy, żółtko <b>jaja</b>, ocet, musztarda (woda, <b>gorczyca</b>, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, ) (03,10)</i><br><b>Rzodkiewka 100g</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b><br><b>Chleb graham 90g (01)</b><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b> | <b>II Śniadanie</b><br><br>Gruszka 130g | <b>Obiad</b><br><br><b>Krem z białej fasoli z grzankami 350g (09,01)</b><br><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <b>seler</b>, por ) (09), Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) (01), Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i><br><b>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 90g (03,01)</b><br><i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka <b>pszenna</b>, sól, drożdże ) (01), Jaja kurze całe (03), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)</i><br><b>Sos jogurtowy 100g (07)</b><br><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Zioła prowansalskie)</i><br><b>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 180g (01)</b><br><b>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g</b><br><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i><br><b>Kompot z owoców mieszanych 250g</b><br><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i> | <b>Podwieczorek*</b><br><br><b>Kisiel truskawkowy 200g</b><br><i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i> | <b>Kolacja</b><br><br><b>Chleb pszenny</b> ( mąka <b>pszenna</b> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <b>90g (01)</b><br><b>Masło ekstra</b> ( śmietanka pasteryzowana (mleko) ) <b>20g (07)</b><br><b>Parówki drobiowe</b> ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) <b>70g</b><br><b>Kecsup (ketchup) 15g</b><br><b>Ogórek świeży 100g</b><br><b>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</b> | <b>Dobry Posiłek</b><br><br><b>Kefir Sokółski MLEKPOL</b> ( <b>mleko</b> , <b>mleko</b> w proszku, białka <b>mleka</b> , kultury bakterii mlekowych) <b>150g (07)</b><br><b>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe</b> (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) <b>25g</b> |

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

| Jadłospis                                                                                                                                        | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta podstawowa - oddział pediatryczny (1-3lata)                                                                               | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | II Śniadanie       | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Podwieczorek*                                                        | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Dobry Posiłek                                                                                                                          |
| E [kcal]: 1097.44, B [g]: 42.19, T [g]: 37.91, W [g]: 156.8, Błonnik [g]: 18.83, Cukier [g]: 36.18, Sód [mg]: 1006.35, Kwasy tł. nas. [g]: 15.26 | <p>Płatki jaglane na mleku 200g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g <u>(03,10)</u><br/><i>(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>)</i></p> <p>Rzodkiewka 30g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 30g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Gruszka 65g</p> | <p>Krem z białej fasoli z grzankami 250g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) <u>(01)</u>, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 30g <u>(03,01)</u><br/><i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)</i></p> <p>Sos jogurtowy 60g <u>(07)</u><br/><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 100g <u>(01)</u></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 80g<br/><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g<br/><i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p> | <p>Kisiel truskawkowy 100g<br/><i>(Woda, kisiel truskawkowy)</i></p> | <p>Chleb pszenny ( mąka <u>pszenna</u> 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól ) 30g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 5g <u>(07)</u></p> <p>Parówki drobiowe ( 93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza ) 30g</p> <p>Ketchup (ketchup) 10g</p> <p>Ogórek świeży 30g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 150g</p> | <p>Kefir Sokółski MLEKPOL (<u>mleko</u>, <u>mleko</u> w proszku, białka <u>mleka</u>, kultury bakterii mlekowych) 150g <u>(07)</u></p> |

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

| Jadłospis                                                                                            | środa (2026-10-07)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28.09-07.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwostrawnych węglowodanów - oddział pediatryczny (3-18 lat) | Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | II Śniadanie        | Obiad                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Podwieczorek*                                         | Kolacja                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                                                                                                      | <p>Płatki jaglane na mleku 250g <u>(07)</u><br/><i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g <u>(03,10)</u><br/><i>(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>)</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></p> <p>Chleb graham 90g <u>(01)</u></p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Gruszka 130g</p> | <p>Krem z białej fasoli z grzankami pełnoziarnistymi 350g <u>(09,01)</u><br/><i>(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona ( marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por ) <u>(09)</u>, Fasola biała, nasiona suche, Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)</i></p> <p>Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 90g <u>(03,01)</u><br/><i>(Cieciorka konserwowa (ciecierzyca), Bułka tarta ( mąka <u>pszenna</u>, sól, drożdże ) <u>(01)</u>, Jaja kurze całe <u>(03)</u>, Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma mielona, Pieprz czarny)</i></p> <p>Sos jogurtowy 100g <u>(07)</u><br/><i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu <u>(07)</u>, Zioła prowansalskie)</i></p> <p>Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 18g <u>(01)</u></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 75g<br/><i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Brukselka, gotowana 75g</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g<br/><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 <u>(07)</u></p> | <p>Chleb pszenny graham (mąka <u>pszenna</u> graham (typ 1850), woda, sól, drożdże ) 90g <u>(01)</u></p> <p>Masło ekstra ( śmietanka pasteryzowana <u>(mleko)</u> ) 20g <u>(07)</u></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>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna, napar bez cukru 250g</p> | <p>Kefir Sokółski MLEKPOL (<u>mleko</u>, <u>mleko</u> w proszku, białka <u>mleka</u>, kultury bakterii mlekowych) 150g <u>(07)</u></p> <p>Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy) ) 25g</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