Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2425.76**, B [g]: **112.05**, T [g]: **85.12**, W [g]: **317.52**, Błonnik [g]: **33.66**, Cukier [g]: **84.81**, Sód [mg]: **1883.38**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.71**	**Śniadanie** **Płatki gryczane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 100g *(Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem** 80g *(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2394.22**, B [g]: **106.52**, T [g]: **85.53**, W [g]: **309.99**, Błonnik [g]: **25.46**, Cukier [g]: **75.77**, Sód [mg]: **2160.26**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.64**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki gryczane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* **Pasta z bialek jaj i szynki** 80g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)* 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	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek** 100g *(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s** 80g *(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
	Śniadanie	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2495.65**, B [g]: **112.29**, T [g]: **90.76**, W [g]: **327.34**, Błonnik [g]: **43.88**, Cukier [g]: **80.58**, Sód [mg]: **1934.47**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.91**	**Płatki gryczane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole (z ryżem brązowym)** 400g **(09)** *(Woda, Ryż brązowy, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 75g *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek** 75g *(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy, bez cukru)*	Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem** 80g *(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 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	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2393.9**, B [g]: **106.72**, T [g]: **84.81**, W [g]: **312.07**, Błonnik [g]: **26.93**, Cukier [g]: **75.76**, Sód [mg]: **2204.86**, Kwasy tł. nas. [g]: **29.08**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki gryczane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* **Pasta z bialek jaj i szynki** 80g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)* 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	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Zioła prowansalskie)* **Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek** 100g *(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g **sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s** 80g *(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2660.52**, B [g]: **128.94**, T [g]: **101.83**, W [g]: **317.07**, Błonnik [g]: **25.86**, Cukier [g]: **82.1**, Sód [mg]: **2836.26**, Kwasy tł. nas. [g]: **50.65**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki gryczane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* **Pasta z bialek jaj i szynki** 80g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)* 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 Serek fromage light 80g **(07)**	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek** 100g *(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s** 80g *(Pomidor b/s, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Serek grani (ziarna twarogowe (z **mleka**), śmietanka (z **mleka**) , sól) 150g **(07)**	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **2117.24**, B [g]: **105.87**, T [g]: **79.09**, W [g]: **252.15**, Błonnik [g]: **29.4**, Cukier [g]: **84.02**, Sód [mg]: **1965.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.74**	**Śniadanie** **Płatki gryczane na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Płatki gryczane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* **Pasta z bialek jaj i szynki** 150g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek** 100g *(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	**Kolacja** **Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym** 451g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Dynia, Kasza kuskus **(01)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)**
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1698.99**, B [g]: **58.59**, T [g]: **72.64**, W [g]: **208.42**, Błonnik [g]: **26.01**, Cukier [g]: **59.14**, Sód [mg]: **953.94**, Kwasy tł. nas. [g]: **10.68**	**Śniadanie** **Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym** 500g **(09,01)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana **(01)**, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa ryżowa na rosole z kawałkami mięsa drobiowego** 500g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Olej rzepakowy, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	**Kolacja** **Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym** 500g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Dynia, Kasza kuskus **(01)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2322.68**, B [g]: **90.13**, T [g]: **74.71**, W [g]: **340.64**, Błonnik [g]: **34.9**, Cukier [g]: **86.19**, Sód [mg]: **3287.24**, Kwasy tł. nas. [g]: **20.8**	**Śniadanie** **Płatki gryczane na napoju jaglanym** 300g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 100g *(Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń waniliowy na napoju jaglanym** 200g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń waniliowy ze śmietanką)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g **sałatka z kurczakiem i pomidorem** 80g *(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mus OWOLOVE jabłkowo - morelowy (85% przecier z jabłek, 15% przecier z moreli.) 200g

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2400.98**, B [g]: **106.46**, T [g]: **87.85**, W [g]: **310.76**, Błonnik [g]: **36.19**, Cukier [g]: **84.74**, Sód [mg]: **1930.66**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.23**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki gryczane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 150g *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka owsiana pełnoziarnista, bezglutenowa, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 100g *(Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem** 80g *(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 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	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2434.32**, B [g]: **86.99**, T [g]: **92.58**, W [g]: **329.21**, Błonnik [g]: **36.14**, Cukier [g]: **89.39**, Sód [mg]: **2214.16**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.24**	**Śniadanie** **Płatki gryczane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Zupa ryżowa na wywarze warzywnym** 399g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Tradycyjne kotlety ziemniaczano-serowe** 250g **(07,03,01)** *(Ziemniaki, średnio, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jaja kurze całe **(03)**, Cebula, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy, Sól biała, Pieprz czarny)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 100g *(Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Sałatka z buraka sera fety i roszponki** 80g **(07)** *(Buraki, Ser typu Feta **(07)**, Roszponka, Oliwa z oliwek)* Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 40g **(11)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** 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)**

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-19)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2388.07**, B [g]: **100.73**, T [g]: **94.49**, W [g]: **302.93**, Błonnik [g]: **32.96**, Cukier [g]: **64.43**, Sód [mg]: **2487.47**, Kwasy tł. nas. [g]: **46.04**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 400g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2440.33**, B [g]: **101.02**, T [g]: **93.79**, W [g]: **312.38**, Błonnik [g]: **27.01**, Cukier [g]: **72.29**, Sód [mg]: **2909.15**, Kwasy tł. nas. [g]: **46.01**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Sałata 30g 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** Banan 130g	**Obiad** **Zupa ziemniaczana** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Kalafior, gotowany 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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	Poniedziałek (2026-10-19)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2494.9**, B [g]: **103.59**, T [g]: **103.99**, W [g]: **309.34**, Błonnik [g]: **43.04**, Cukier [g]: **64.52**, Sód [mg]: **2429.88**, Kwasy tł. nas. [g]: **47.42**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 400g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron razowy ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(07)** *(Makaron pełnoziarnisty, gotowany, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sałata z oliwą i warzywami** 75g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Brokuły, gotowane 75g **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 żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2254.54**, B [g]: **104.31**, T [g]: **73.91**, W [g]: **307.25**, Błonnik [g]: **26.84**, Cukier [g]: **69.59**, Sód [mg]: **2340.56**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.17**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Kawałki kurczaka w sosie własnym** 100g *(Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Woda, Pieprz ziołowy)* Sałata 30g 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** Banan 130g	**Obiad** **Zupa ziemniaczana** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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 **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Kalafior, gotowany 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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	Poniedziałek (2026-10-19)					
	Śniadanie	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2615.57**, B [g]: **123.74**, T [g]: **100.55**, W [g]: **318.32**, Błonnik [g]: **27.14**, Cukier [g]: **77.48**, Sód [mg]: **3248.77**, Kwasy tł. nas. [g]: **50.03**	**Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Sałata 30g 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 Serek twarogowy, ziarnisty 80g **(07)**	Banan 130g	**Zupa ziemniaczana** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Kalafior, gotowany 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g **Twarożek z koperkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy)*	Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **1973.47**, B [g]: **92.51**, T [g]: **74.56**, W [g]: **242.81**, Błonnik [g]: **27.12**, Cukier [g]: **84.79**, Sód [mg]: **1642.86**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.72**	**Płatki owsiane na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Płatki owsiane **(01)**, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mus bananowy 200g	**Zupa ziemniaczana** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, gotowane, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	**Zupa cukiniowa z kaszą jaglaną i mięsem gotowanym** 500g *(Woda, Cukinia, Kasza jaglana, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-19)					
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1812.61**, B [g]: **72.81**, T [g]: **69.59**, W [g]: **232.07**, Błonnik [g]: **25.01**, Cukier [g]: **70.76**, Sód [mg]: **2566.7**, Kwasy tł. nas. [g]: **11.08**	**Śniadanie** **Rosół z mięsem i makaronem** 500g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa** 500g **(09,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, gotowane, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, 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 cukiniowa z kaszą jaglaną i mięsem gotowanym** 500g *(Woda, Cukinia, Kasza jaglana, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Olej rzepakowy, Kurkuma mielona)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mus OWOLOVE Jabłkowo-brzoskwiniowy (83% przecier z jabłek, 17% przecier z brzoskwiń.) 200g
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2243.15**, B [g]: **72.42**, T [g]: **83.5**, W [g]: **315.68**, Błonnik [g]: **37.41**, Cukier [g]: **60.15**, Sód [mg]: **2325.94**, Kwasy tł. nas. [g]: **24.11**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na napoju jaglanym** 300g **(01)** *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 400g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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 sojowy 200g **(06)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,06)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny sojowy **(06)**)* Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g 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	Poniedziałek (2026-10-19)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2281.37**, B [g]: **88.19**, T [g]: **96.23**, W [g]: **286.26**, Błonnik [g]: **40.37**, Cukier [g]: **70.78**, Sód [mg]: **2491.27**, Kwasy tł. nas. [g]: **45.84**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 400g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron bezglutenowy ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(07)** *(Makaron bezglutenowy, gotowany, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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 bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2389.57**, B [g]: **91.06**, T [g]: **94.43**, W [g]: **314.65**, Błonnik [g]: **41.38**, Cukier [g]: **66.45**, Sód [mg]: **2999.07**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.7**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki sojowe (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 Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 400g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 300g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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)** Pasta warzywna papryka i czerwona fasola 80g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g

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	Wtorek (2026-10-20)					
	Śniadanie	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2253.47**, B [g]: **100.32**, T [g]: **95.9**, W [g]: **263.86**, Błonnik [g]: **33.9**, Cukier [g]: **56.79**, Sód [mg]: **3099.28**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.93**	**Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa krem z brokuła z grzankami** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 100g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2136.57**, B [g]: **106.9**, T [g]: **75.26**, W [g]: **270.28**, Błonnik [g]: **27.85**, Cukier [g]: **59.93**, Sód [mg]: **2098.08**, Kwasy tł. nas. [g]: **33.42**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* 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	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z pomidorów b/s z jogurtem naturalnym** 100g **(07)** *(Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g **(07)** Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2218.91**, B [g]: **99.89**, T [g]: **94.12**, W [g]: **264.82**, Błonnik [g]: **44.67**, Cukier [g]: **59.47**, Sód [mg]: **3108.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.6**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
	Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa krem z brokuła z grzankami pełnoziarnistymi** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb żytni razowy **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 75g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Brukselka, gotowana 75g Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Galaretka brzoskwiniowa, bez cukru 200g	Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2145.93**, B [g]: **107.46**, T [g]: **74.82**, W [g]: **274.56**, Błonnik [g]: **30.79**, Cukier [g]: **59.99**, Sód [mg]: **2142.4**, Kwasy tł. nas. [g]: **22.98**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* 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	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Zioła prowansalskie, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Zioła prowansalskie)* **Surówka z pomidorów b/s z jogurtem naturalnym** 100g **(07)** *(Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g **(07)** Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2277.47**, B [g]: **118.48**, T [g]: **85.72**, W [g]: **270.48**, Błonnik [g]: **27.85**, Cukier [g]: **59.7**, Sód [mg]: **2963.48**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.4**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* 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 Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)**	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z pomidorów b/s z jogurtem naturalnym** 100g **(07)** *(Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Wędlina drobiowa 60g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **1822.36**, B [g]: **110.24**, T [g]: **63.53**, W [g]: **214.1**, Błonnik [g]: **27.34**, Cukier [g]: **73.63**, Sód [mg]: **953.68**, Kwasy tł. nas. [g]: **25.9**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Płatki jaglane, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Ser twarogowy (twaróg) chudy 150g **(07)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z kaszą jaglaną** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Brokuły, Kasza jaglana, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z pomidorów b/s z jogurtem naturalnym** 100g **(07)** *(Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** **Zupa szpinakowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem** 499g **(09,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Szpinak, Ziemniaki, średnio, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko burak truskawka (przecier zjabłek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1989.05**, B [g]: **77.75**, T [g]: **97.32**, W [g]: **213.56**, Błonnik [g]: **27.67**, Cukier [g]: **51.39**, Sód [mg]: **477.64**, Kwasy tł. nas. [g]: **17.31**	**Śniadanie** **Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem** 500g **(09,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ryż biały, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Mięso z indyka gotowane, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus jabłkowy 200g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z żółtkiem i mięsem gotowanym** 500g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna świeża **(09)**, Ziemniaki, średnio, Kasza kukurydziana, Brokuły, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Kisiel malinowy** 200g *(Woda, Kisiel malinowy)*	**Kolacja** **Zupa szpinakowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,03)** *(Woda, Mięso z indyka gotowane, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Szpinak, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
	Śniadanie	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2289.17**, B [g]: **86.47**, T [g]: **96.51**, W [g]: **288.66**, Błonnik [g]: **38.57**, Cukier [g]: **53.38**, Sód [mg]: **3124.26**, Kwasy tł. nas. [g]: **23.23**	**Płatki jaglane na napoju jaglanym** 300g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa krem z brokuła z grzankami** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 100g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 80g **(11)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2166.74**, B [g]: **91.11**, T [g]: **100.35**, W [g]: **242.19**, Błonnik [g]: **36.68**, Cukier [g]: **61.58**, Sód [mg]: **3069.01**, Kwasy tł. nas. [g]: **41.1**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami bezglutenowymi** 400g **(09)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb bezglutenowy, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 120g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 150g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 100g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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 (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2240.65**, B [g]: **77.13**, T [g]: **91.75**, W [g]: **294.29**, Błonnik [g]: **35.89**, Cukier [g]: **54.78**, Sód [mg]: **2567.03**, Kwasy tł. nas. [g]: **41.1**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Ogórek kiszony 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami** 400g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Jajka w sosie koperkowym** 150g **(03,07,01)** *(Woda, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Koper ogrodowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**, Pieprz czarny, Sól biała)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 100g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko burak truskawka (przecier zjabłek (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 (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2408.53**, B [g]: **89.7**, T [g]: **89.16**, W [g]: **330.61**, Błonnik [g]: **36.74**, Cukier [g]: **75.88**, Sód [mg]: **2876.79**, Kwasy tł. nas. [g]: **44.87**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 200g Ogórek kiszony 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** 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)**
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2288.29**, B [g]: **92.45**, T [g]: **85.19**, W [g]: **302.85**, Błonnik [g]: **29.04**, Cukier [g]: **76.7**, Sód [mg]: **1917.4**, Kwasy tł. nas. [g]: **44.22**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Pasta z białek jaj i sera** 80g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**)* 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	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny)* Kasza gryczana, gotowana 200g Kalafior, gotowany 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	środa (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2477.31**, B [g]: **94.05**, T [g]: **96.53**, W [g]: **332.14**, Błonnik [g]: **47.03**, Cukier [g]: **61.52**, Sód [mg]: **2792.9**, Kwasy tł. nas. [g]: **47.92**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 200g Ogórek kiszony 75g Kalafior, gotowany 75g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** **Pasta jajeczna ze szczypiorkiem** 40g **(03,10)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) **(03,10)**)* Rzodkiewka 50g	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2278.29**, B [g]: **92.29**, T [g]: **84.19**, W [g]: **302.73**, Błonnik [g]: **29.04**, Cukier [g]: **76.62**, Sód [mg]: **1962.28**, Kwasy tł. nas. [g]: **33.54**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Pasta z białek jaj i sera** 80g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**)* 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	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny)* Kasza gryczana, gotowana 200g Kalafior, gotowany 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	środa (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2523.89**, B [g]: **116.39**, T [g]: **99.81**, W [g]: **305.27**, Błonnik [g]: **29.56**, Cukier [g]: **78.23**, Sód [mg]: **2641.32**, Kwasy tł. nas. [g]: **49.11**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Pasta z białek jaj i sera** 80g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**)* 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 Wędlina wieprzowa 60g	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny)* Kasza gryczana, gotowana 200g Kalafior, gotowany 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g **Sałatka z tuńczykiem i białkiem jajka** 81g **(03,04,07)** *(Pomidor b/s, Tuńczyk w oleju **(04)**, Białko jaja kurzego **(03)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Sałata)*	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** 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)**
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **2129.83**, B [g]: **115.58**, T [g]: **66.05**, W [g]: **283.2**, Błonnik [g]: **30.03**, Cukier [g]: **79.32**, Sód [mg]: **1854.04**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.11**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Płatki żytnie **(01)**, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* **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	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny)* Kasza gryczana, gotowana 200g Kalafior, gotowany 100g **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 jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego** 501g **(03,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Pietruszka, korzeń, Szynka wieprzowa, gotowana, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)**

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

Jadłospis	środa (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **2141.05**, B [g]: **109.77**, T [g]: **94.85**, W [g]: **221.55**, Błonnik [g]: **22.44**, Cukier [g]: **56.88**, Sód [mg]: **1572.31**, Kwasy tł. nas. [g]: **19.66**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Zupa krem z białych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g **(09,03)** *(Filety z kurczaka, gotowane, Ziemniaki, średnio, Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Kalafior, Kasza kukurydziana, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mus jabłkowy 200g	**Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym** 500g **(09,03)** *(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, 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))*	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	**Zupa jarzynowa z makaronem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego** 500g **(03,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Pietruszka, korzeń, Szynka wieprzowa, gotowana, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)**
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2247.75**, B [g]: **75.97**, T [g]: **66.38**, W [g]: **358.91**, Błonnik [g]: **44.95**, Cukier [g]: **70.67**, Sód [mg]: **4574.15**, Kwasy tł. nas. [g]: **16.94**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g **(01)** *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Gruszka 130g	**Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 200g Ogórek kiszony 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Pieczywo chrupkie jaglane 30g **(01)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Pasta warzywna papryka i czerwona fasola 80g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mus OWOLOVE Jabłkowo-brzoskwiniowy (83% przecier z jabłek, 17% przecier z brzoskwiń.) 200g

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

Jadłospis	środa (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2373.91**, B [g]: **83.37**, T [g]: **90.76**, W [g]: **324.38**, Błonnik [g]: **38.93**, Cukier [g]: **63.06**, Sód [mg]: **2820.46**, Kwasy tł. nas. [g]: **43.9**	**Śniadanie** **Płatki ryżowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki ryżowe, błyskawiczne)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 150g *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 200g Ogórek kiszony 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Pieczywo chrupkie jaglane 30g **(01)**	**Kolacja** Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2392.02**, B [g]: **80**, T [g]: **80.37**, W [g]: **357.83**, Błonnik [g]: **43.73**, Cukier [g]: **81.39**, Sód [mg]: **2543.42**, Kwasy tł. nas. [g]: **43.19**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 400g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Gulasz wegetariański z warzywami i ciecierzycą (duszenie)** 150g **(09)** *(Woda, Cieciorka surowa (ciecierzyca), Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Kminek cały, Papryka w proszku)* Kasza gryczana, gotowana 200g Ogórek kiszony 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** 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)**

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2364.14**, B [g]: **98.06**, T [g]: **89.57**, W [g]: **306.43**, Błonnik [g]: **31.84**, Cukier [g]: **64.51**, Sód [mg]: **2133.34**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.48**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 400g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Groszek zielony, Kasza kuskus **(01)**, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **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)**, Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 100g **(03)** *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym **(03)**, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2309.78**, B [g]: **108.69**, T [g]: **80.06**, W [g]: **304.41**, Błonnik [g]: **28.62**, Cukier [g]: **77.61**, Sód [mg]: **2230.38**, Kwasy tł. nas. [g]: **41.51**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Kasza kukurydziana na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Brokuły, gotowane 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	Banan 130g	**Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami** 401g **(09,01)** *(Groszek zielony, mrożony, Woda, Brokuły, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**)* **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)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Szpinak na gęsto (duszony)** 100g **(07)** *(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek grani (ziarna twarogowe (z **mleka**), śmietanka (z **mleka**) , sól) 150g **(07)** Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2361.57**, B [g]: **96.46**, T [g]: **94.52**, W [g]: **298.29**, Błonnik [g]: **37.26**, Cukier [g]: **66.05**, Sód [mg]: **2150.9**, Kwasy tł. nas. [g]: **43.84**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g (07) *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)* Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 400g (09,01) *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, seler, por) (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **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), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, mleko UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (mleko))) 200g (07) **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 75g (03) *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym (03), Pieprz czarny)* **Szpinak na gęsto (duszony)** 75g (07) *(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów (07), Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g (07) *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (Mleko, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g (07)

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2296.79**, B [g]: **109.84**, T [g]: **77.61**, W [g]: **306.57**, Błonnik [g]: **30.67**, Cukier [g]: **76.59**, Sód [mg]: **2274.2**, Kwasy tł. nas. [g]: **28.98**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Kasza kukurydziana na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Brokuły, gotowane 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami** 400g **(09,01)** *(Groszek zielony, mrożony, Woda, Brokuły, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**)* **Pulpety drobiowe w sosie ziołowym (gotowanie)** 150g **(03,01)** *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Zioła prowansalskie, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Szpinak na gęsto (duszony)** 100g *(Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Serek grani (ziarna twarogowe (z **mleka**), śmietanka (z **mleka**) , sól) 150g **(07)** Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2590.22**, B [g]: **139.09**, T [g]: **96.28**, W [g]: **307.71**, Błonnik [g]: **28.75**, Cukier [g]: **80.16**, Sód [mg]: **2875.6**, Kwasy tł. nas. [g]: **48**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Brokuły, gotowane 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 **Twarożek z koperkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy)*	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami** 401g **(09,01)** *(Groszek zielony, mrożony, Woda, Brokuły, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**)* **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)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Szpinak na gęsto (duszony)** 100g **(07)** *(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek grani (ziarna twarogowe (z **mleka**), śmietanka (z **mleka**) , sól) 150g **(07)** Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Wędlina wieprzowa 60g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **1806.48**, B [g]: **97.01**, T [g]: **66.21**, W [g]: **218.65**, Błonnik [g]: **30.72**, Cukier [g]: **89.44**, Sód [mg]: **1089.67**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.12**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Kasza kukurydziana, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Serek grani (ziarna twarogowe (z **mleka**), śmietanka (z **mleka**) , sól) 150g **(07)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa krem z zielonych warzyw z grzankami** 401g **(09,01)** *(Groszek zielony, mrożony, Woda, Brokuły, Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**)* **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)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Szpinak na gęsto (duszony)** 100g **(07)** *(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** **Zupa z fasolką szparagową z ziemniakami i mięsem drobiowym** 507g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ziemniaki, średnio, Fasola szparagowa, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **2135.5**, B [g]: **104.37**, T [g]: **80.5**, W [g]: **257.63**, Błonnik [g]: **30.05**, Cukier [g]: **59.79**, Sód [mg]: **596.55**, Kwasy tł. nas. [g]: **16.07**	**Śniadanie** **Zupa selerowa z kaszą, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,03)** *(Woda, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Seler korzeniowy **(09)**, Kasza kukurydziana, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa krem z zielonych warzyw z mięsem gotowanym i śmietanką** 500g **(09,07)** *(Ziemniaki, późne, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Kasza jaglana, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Cukinia, Olej rzepakowy)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** **Zupa z fasolką szparagową z kaszą kuskus i mięsem drobiowym** 500g **(09,01)** *(Woda, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Kasza kuskus **(01)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Fasola szparagowa, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2226.59**, B [g]: **78.96**, T [g]: **82.68**, W [g]: **306.68**, Błonnik [g]: **32.86**, Cukier [g]: **56.47**, Sód [mg]: **1878.72**, Kwasy tł. nas. [g]: **22.55**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na napoju jaglanym** 300g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 400g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Groszek zielony, Kasza kuskus **(01)**, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 150g **(03,01)** *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metylocelluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 100g **(03)** *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym **(03)**, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy na napoju jaglanym** 200g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2287.24**, B [g]: **90**, T [g]: **94.6**, W [g]: **286.77**, Błonnik [g]: **33.31**, Cukier [g]: **69.77**, Sód [mg]: **2109.94**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.85**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą jaglaną** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Groszek zielony, Kasza jaglana, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 150g **(03,07)** *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Chleb bezglutenowy, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 100g **(03)** *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym **(03)**, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2371.2**, B [g]: **91.7**, T [g]: **90.57**, W [g]: **313.82**, Błonnik [g]: **35**, Cukier [g]: **70.03**, Sód [mg]: **2110.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **46.97**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Serek grani (ziarna twarogowe (z **mleka**), śmietanka (z **mleka**) , sól) 150g **(07)** Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 400g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Groszek zielony, Kasza kuskus **(01)**, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie)** 146g **(01,03)** *(Marchew, Pietruszka, korzeń, Jaja kurze całe **(03)**, Woda, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Koper ogrodowy, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 200g **(07)** **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 100g **(03)** *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym **(03)**, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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	Piątek (2026-10-23)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2247.79**, B [g]: **96.69**, T [g]: **86.42**, W [g]: **285.94**, Błonnik [g]: **30.74**, Cukier [g]: **58.88**, Sód [mg]: **3114.21**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.41**	**Śniadanie** **Płatki jęczmienne na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)* Pasztet 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	**Obiad** **Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 120g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka w kostce na gęsto (duszenie)** 100g **(01,07)** *(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% 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*** **Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Sałatka 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** Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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

18-27.10.2026 dieta łatwostrawna

E [kcal]: **2091.61**, B [g]: **94.88**, T [g]: **71.36**, W [g]: **279.79**, Błonnik [g]: **24.98**, Cukier [g]: **57.33**, Sód [mg]: **2326.06**, Kwasy tł. nas. [g]: **35.26**

Piątek (2026-10-23)

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku 300g **(01,07)**
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)*
Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g **(01,03,09)**
Sałata 30g
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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400g **(09)**
*(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)*
Dorsz parowany 120g **(04)**
*(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)*
Sos cytrynowy 150g **(07)**
*(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)*
Ziemniaki z koperkiem 200g
(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)
Marchewka na ciepło (duszenie) 100g
(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*

Kisiel owoce leśne 200g
(Woda, Kisiel owoce leśne)

Kolacja

Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)**
Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)**
Sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego 80g **(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

Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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

18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów

E [kcal]: **2328.63**, B [g]: **101.28**, T [g]: **93.2**, W [g]: **293.39**, Błonnik [g]: **42.36**, Cukier [g]: **60.07**, Sód [mg]: **3268.74**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.37**

Piątek (2026-10-23)

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku 300g **(01,07)**
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)*
Pasztet 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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem brązowym i natką pietruszki 400g **(09)**
*(Woda, Ryż brązowy, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)*
Dorsz parowany 120g **(04)**
*(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)*
Sos cytrynowy 150g **(07)**
*(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)*
Ziemniaki z koperkiem 200g
(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)
Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 75g
(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)
Kapusta biała duszona 75g
(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)
Kompot z owoców mieszanych 250g
(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))

Podwieczorek*

Chleb żytni razowy 30g **(01)**
Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)**
Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g **(07)**
*(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)*

Kolacja

Chleb żytni razowy 90g **(01)**
Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)**
Sałatka 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

Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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

18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

E [kcal]: **2045.49**, B [g]: **94.46**, T [g]: **65.56**, W [g]: **283.69**, Błonnik [g]: **28.75**, Cukier [g]: **55.65**, Sód [mg]: **2352.09**, Kwasy tł. nas. [g]: **21.58**

Piątek (2026-10-23)

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku 300g **(01,07)**
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)*
Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g **(01,03,09)**
Sałata 30g
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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400g **(09)**
*(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)*
Dorsz parowany 120g **(04)**
*(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)*
Sos cytrynowy 150g
(Woda, Zioła prowansalskie, Cytryna, Pieprz czarny)
Ziemniaki z koperkiem 200g
(Ziemniaki, gotowane, Zioła prowansalskie)
Marchewka na ciepło (duszenie) 100g
(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*

Kisiel owoce leśne 200g
(Woda, Kisiel owoce leśne)

Kolacja

Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)**
Masło roślinne MR 20g
Sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego 80g **(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

Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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

18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa

E [kcal]: **2255.31**, B [g]: **117.13**, T [g]: **76.99**, W [g]: **286.15**, Błonnik [g]: **25.72**, Cukier [g]: **61.05**, Sód [mg]: **2636.09**, Kwasy tł. nas. [g]: **38.03**

Piątek (2026-10-23)

Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku 300g **(01,07)**
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)*
Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g **(01,03,09)**
Sałata 30g
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
Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g **(07)**

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki 400g **(09)**
*(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)*
Dorsz parowany 120g **(04)**
*(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)*
Sos cytrynowy 150g **(07)**
*(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)*
Ziemniaki z koperkiem 200g
(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)
Marchewka na ciepło (duszenie) 100g
(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*

Kisiel owoce leśne 200g
(Woda, Kisiel owoce leśne)

Kolacja

Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)**
Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)**
Sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego 120g **(07,03)**
*(Białko jaja kurzego **(03)**, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)*
Wędlina drobiowa 60g
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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

Piątek (2026-10-23)

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **1948.03**, B [g]: **107.49**, T [g]: **84.73**, W [g]: **201.04**, Błonnik [g]: **24.72**, Cukier [g]: **76.66**, Sód [mg]: **1357.25**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.61**	**Płatki jęczmienne na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)* Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 150g **(01,03,09)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko parowane 160g	**Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 120g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka na ciepło (duszenie)** 100g *(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))*	**Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	**Zupa kalafiorowa z ziemniakami, mięsem gotowanym i żółtkiem** 501g **(09,03)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 150g **(07)**
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1858.83**, B [g]: **94.5**, T [g]: **63.63**, W [g]: **233.4**, Błonnik [g]: **21.97**, Cukier [g]: **66.1**, Sód [mg]: **496.35**, Kwasy tł. nas. [g]: **13.35**	**Zupa szczawiowa z mięsem i żółtkiem jaja** 500g **(09,03)** *(Kości, wywar, Ziemniaki, średnio, Wieprzowina, schab surowy bez kości, Szczaw, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mus jabłkowy 200g	**Zupa pomidorowa zabielana z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem** 500g **(09,03,07)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki), 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))*	**Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	**Zupa kalafiorowa z makaronem, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,03,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Kalafior, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lubella Di Riso przekąska mango i ryż (ryż gotowany 32 % (woda, ryż), przecier bananowy, przecier z mango 16 %, przecier jabłkowy, zagęszczony sok jabłkowy, jogurt naturalny 5 % (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), zagęszczony sok bananowy, zagęszczony sok cytrynowy, aromaty) 200g **(07)**

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

Jadłospis	Piątek (2026-10-23)					
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2207.35**, B [g]: **67.04**, T [g]: **84.31**, W [g]: **310.32**, Błonnik [g]: **33.16**, Cukier [g]: **63.53**, Sód [mg]: **2455.4**, Kwasy tł. nas. [g]: **20.78**	**Śniadanie** **Płatki jęczmienne na napoju jaglanym** 300g **(01)** *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jęczmienne **(01)**)* Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g **(01,03,09)** Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 120g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 150g *(Woda, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka w kostce na gęsto (duszenie)** 100g **(01)** *(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, 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)))* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** **Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g **Sałatka jarzynowa** 120g **(03,10)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Marchew, Pietruszka, korzeń, Ziemniaki, średnio, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) **(03,10)**, Cebula)* Ogórek kiszony 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g 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	Piątek (2026-10-23)					
	Śniadanie	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2220.72**, B [g]: **89.63**, T [g]: **90.78**, W [g]: **278.82**, Błonnik [g]: **36.01**, Cukier [g]: **64.29**, Sód [mg]: **2973.21**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.55**	**Płatki gryczane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 60g **(01,03,09)** Rzodkiewka 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 120g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka w kostce na gęsto (duszenie)** 100g **(07)** *(Marchew, Mąka owsiana pełnoziarnista, bezglutenowa, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Sałatka 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	Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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	Piątek (2026-10-23)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2447.13**, B [g]: **81.59**, T [g]: **97.4**, W [g]: **331.53**, Błonnik [g]: **42.8**, Cukier [g]: **57.47**, Sód [mg]: **3896.87**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.93**	**Śniadanie** **Płatki jęczmienne na mleku** 300g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)* **Pasztet z fasoli** 60g **(03,01,09)** *(Fasola biała, nasiona suche, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Jaja kurze całe **(03)**, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Rzodkiewka 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 400g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), 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, Sól biała)* **Sos cytrynowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka w kostce na gęsto (duszenie)** 100g **(01,07)** *(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% 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*** **Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Sałatka 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)* Hummus (humus, pasta z ciecierzycy) 40g **(11)** Ogórek kiszony 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 150g **(07)** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 11-Nasiona sezamu i produkty pochodne

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

Jadłospis	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2274.94**, B [g]: **79.85**, T [g]: **84.64**, W [g]: **315.95**, Błonnik [g]: **34.16**, Cukier [g]: **68.81**, Sód [mg]: **2208.61**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.29**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**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)** Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2324.52**, B [g]: **81.33**, T [g]: **88.25**, W [g]: **315.11**, Błonnik [g]: **26.1**, Cukier [g]: **76.89**, Sód [mg]: **2317.93**, Kwasy tł. nas. [g]: **41.49**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica z białek jaj z koperkiem** 100g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* 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** Banan 130g	**Obiad** **Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem z mięsem gotowanym** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy)* **Leczo wielowarzywne (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko parowane, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**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)** Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2250.04**, B [g]: **79.21**, T [g]: **86.01**, W [g]: **312.29**, Błonnik [g]: **44.23**, Cukier [g]: **70.1**, Sód [mg]: **2206.69**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.52**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
	Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Gruszka 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż brązowy, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 75g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Brokuły, gotowane 75g Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	Chleb żytni razowy 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 Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2337.72**, B [g]: **82.04**, T [g]: **87.87**, W [g]: **320.48**, Błonnik [g]: **29.77**, Cukier [g]: **76.98**, Sód [mg]: **2366.6**, Kwasy tł. nas. [g]: **30.02**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica z białek jaj z koperkiem** 100g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Zioła prowansalskie, Masło roślinne MR)* 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	Banan 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem z mięsem gotowanym** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Zioła prowansalskie)* **Leczo wielowarzywne (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko parowane, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	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 Keczup (ketchup) 15g Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2588.92**, B [g]: **114.69**, T [g]: **101.55**, W [g]: **317.91**, Błonnik [g]: **26.1**, Cukier [g]: **79.37**, Sód [mg]: **2960.33**, Kwasy tł. nas. [g]: **46.24**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica z białek jaj z koperkiem** 100g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* 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 Wędlina wieprzowa 60g	Banan 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem z mięsem gotowanym** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy)* **Leczo wielowarzywne (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko parowane, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	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 Keczup (ketchup) 15g Sałata 30g Herbata czarna, napar bez cukru 250g Ser twarogowy (twaróg) chudy 80g **(07)**	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **1852.77**, B [g]: **78.24**, T [g]: **72.22**, W [g]: **231.19**, Błonnik [g]: **24.86**, Cukier [g]: **85.83**, Sód [mg]: **1379.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.43**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica z białek jaj z koperkiem** 150g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem z mięsem gotowanym** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy)* **Leczo wielowarzywne (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Olej rzepakowy, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko parowane, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	**Kolacja** **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	**Dobry Posiłek** Kefir Sokólski MLEKPOL (**mleko**, **mleko** w proszku, białka **mleka**, kultury bakterii mlekowych) 150g **(07)**
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1801.36**, B [g]: **84.39**, T [g]: **75.73**, W [g]: **208.32**, Błonnik [g]: **22.63**, Cukier [g]: **50.02**, Sód [mg]: **598.24**, Kwasy tł. nas. [g]: **25.37**	**Śniadanie** **Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym** 502g **(09,07)** *(Woda, Ryż biały, Włoszczyzna świeża **(09)**, Mięso z piersi indyka, bez skóry, Brokuły, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego** 500g **(09,07,03)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna świeża **(09)**, Filety z kurczaka, gotowane, Marchew, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	**Kolacja** **Krupnik z kasza jaglaną, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,03,07)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Kasza jaglana, gotowana, Mięso z indyka gotowane, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2202.29**, B [g]: **62.26**, T [g]: **89.18**, W [g]: **301.96**, Błonnik [g]: **37.01**, Cukier [g]: **63.68**, Sód [mg]: **2211.08**, Kwasy tł. nas. [g]: **25.8**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło roślinne MR)* Papryka świeża 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Gruszka 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z oliwą** 100g **(09)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Jogurt naturalny sojowy 200g **(06)**	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 Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Tymbark Mus Vega jablko 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2218.24**, B [g]: **73.37**, T [g]: **88.33**, W [g]: **300.56**, Błonnik [g]: **36.05**, Cukier [g]: **73.76**, Sód [mg]: **2181.61**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.41**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Gruszka 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 100g Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2257.94**, B [g]: **78.05**, T [g]: **82.34**, W [g]: **317.05**, Błonnik [g]: **36.26**, Cukier [g]: **69.21**, Sód [mg]: **2580.61**, Kwasy tł. nas. [g]: **36.13**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Gruszka 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 150g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 200g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Parówki sojowe (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 Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski MLEKPOL (**mleko**, **mleko** w proszku, białka **mleka**, kultury bakterii mlekowych) 150g **(07)**

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	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2365.62**, B [g]: **114.57**, T [g]: **88.54**, W [g]: **298.72**, Błonnik [g]: **36.61**, Cukier [g]: **56.63**, Sód [mg]: **2513.39**, Kwasy tł. nas. [g]: **36.97**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Rosół z makaronem** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2326.55**, B [g]: **114.52**, T [g]: **76.58**, W [g]: **310.5**, Błonnik [g]: **30**, Cukier [g]: **60.02**, Sód [mg]: **2275.48**, Kwasy tł. nas. [g]: **35.54**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* **Pasta mięsna** 80g *(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)* Sałata 30g 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	**Obiad** **Rosół z makaronem** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2388.25**, B [g]: **115.69**, T [g]: **88.07**, W [g]: **307.1**, Błonnik [g]: **47.3**, Cukier [g]: **56.55**, Sód [mg]: **2868.27**, Kwasy tł. nas. [g]: **36.34**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Rosół z makaronem razowym** 400g **(09)** *(Woda, Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 75g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Surówka z pomidora z jogurtem natralnym i natką pietruszki** 75g **(07)** *(Pomidor, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz ziołowy, 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*** Galaretka jagodowa, bez cukru 200g	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 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	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2312.39**, B [g]: **115.68**, T [g]: **70.65**, W [g]: **324.92**, Błonnik [g]: **40.99**, Cukier [g]: **58.21**, Sód [mg]: **2295.84**, Kwasy tł. nas. [g]: **21.49**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* **Pasta mięsna** 80g *(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)* Sałata 30g 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	**Obiad** **Rosół z makaronem** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 149g *(Woda, Zioła prowansalskie, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Zioła prowansalskie)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2530.45**, B [g]: **143.3**, T [g]: **84.36**, W [g]: **315.18**, Błonnik [g]: **30**, Cukier [g]: **63.51**, Sód [mg]: **2791.88**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.9**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* **Pasta mięsna** 80g *(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)* Sałata 30g 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 Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)**	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Rosół z makaronem** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g **Pasta z białek jaj i sera** 80g **(03,07)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**)*	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **2304.09**, B [g]: **127.16**, T [g]: **85.49**, W [g]: **272.68**, Błonnik [g]: **33.58**, Cukier [g]: **73.1**, Sód [mg]: **1966.83**, Kwasy tł. nas. [g]: **31.77**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Płatki orkiszowe, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* **Pasta mięsna** 150g *(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Rosół z makaronem** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** **Zupa krem z pomarańczowych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,01,03)** *(Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)**
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **2094.99**, B [g]: **80.36**, T [g]: **91.77**, W [g]: **246.8**, Błonnik [g]: **25.46**, Cukier [g]: **58.26**, Sód [mg]: **2312.18**, Kwasy tł. nas. [g]: **14.41**	**Śniadanie** **Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabielana** 499g **(07)** *(Woda, Szynka wieprzowa, gotowana, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, korzeń, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus jabłkowy 200g	**Obiad** **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)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** **Kisiel wiśniowy** 200g *(Woda, Kisiel wiśniowy)*	**Kolacja** **Zupa krem z pomarańczowych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,01,03)** *(Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Batat (ziemniak słodki), Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny, Sól biała)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Jogurt jagodowy (**Mleko**, oowoce 9% (jagody 7%, przecier z jagód 2%), cukier, koncentrat zmarchwi, naturalny aromat, zagęszczony sok cytrynowy, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus) 100g **(07)**

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2317.24**, B [g]: **87.63**, T [g]: **86.52**, W [g]: **317.98**, Błonnik [g]: **38.6**, Cukier [g]: **53.48**, Sód [mg]: **2371.93**, Kwasy tł. nas. [g]: **22.63**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na napoju jaglanym** 300g *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Rosół z makaronem** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g *(Woda, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 16g Kubuś Mus 100% (jabłko, banan) (przecier z: jabłek (94%), bananów (6%)) 100g

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

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2338.57**, B [g]: **102.45**, T [g]: **93.04**, W [g]: **294.79**, Błonnik [g]: **43.15**, Cukier [g]: **57.48**, Sód [mg]: **2570.5**, Kwasy tł. nas. [g]: **36.53**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Rosół z makaronem bezglutenowym** 400g **(09)** *(Woda, Makaron bezglutenowy, Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 120g **(03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta bezglutenowa, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 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	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2272.79**, B [g]: **96.82**, T [g]: **84.44**, W [g]: **302.96**, Błonnik [g]: **39.46**, Cukier [g]: **58.55**, Sód [mg]: **2170.98**, Kwasy tł. nas. [g]: **36.87**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki orkiszowe na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mandarynki 130g	**Rosół z makaronem na wywarze warzywnym** 400g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Zapiekanka ziemniaczana z fasolą i warzywami** 301g *(Ziemniaki, późne, Fasola biała z puszki, Cukinia, Papryka czerwona, Cebula, Oliwa z oliwek, Bazylia, świeża, Oregano suszone, Papryka w proszku, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 150g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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)**

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	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2370.74**, B [g]: **98.98**, T [g]: **76.2**, W [g]: **337.64**, Błonnik [g]: **30.88**, Cukier [g]: **84.97**, Sód [mg]: **2682.67**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.74**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Żurek z ziemniakami i jajkiem** 400g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron w sosie bolońskim (gotowanie)** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 100g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** 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)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2261.75**, B [g]: **98.36**, T [g]: **66.13**, W [g]: **332.4**, Błonnik [g]: **28.24**, Cukier [g]: **86.06**, Sód [mg]: **1729.47**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.47**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* 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** Banan 130g	**Obiad** **Zupa koperkowa z ziemniakami** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* **Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie):** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)* **Sałata z jogurtem** 100g **(07)** *(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Sałata)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** 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)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z koperkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy)* Kalafior, gotowany 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2422.72**, B [g]: **105.27**, T [g]: **86.68**, W [g]: **327.29**, Błonnik [g]: **44.54**, Cukier [g]: **95.59**, Sód [mg]: **2540.18**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.11**	**Śniadanie** **Płatki owiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Żurek z ziemniakami i jajkiem** 400g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron razowy w sosie bolońskim (gotowanie)** 300g *(Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 75g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* **Kapusta kiszona z kminkiem na ciepło (gotowanie)** 75g *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Kminek cały, Pieprz czarny)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
	Śniadanie	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2280.79**, B [g]: **99.28**, T [g]: **65.99**, W [g]: **338.88**, Błonnik [g]: **32.65**, Cukier [g]: **86.18**, Sód [mg]: **1773.51**, Kwasy tł. nas. [g]: **22.13**	**Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* 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	Banan 130g	**Zupa koperkowa z ziemniakami** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zioła prowansalskie, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* **Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie):** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)* **Sałata z jogurtem** 100g **(07)** *(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Sałata)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	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)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g **Twarożek z koperkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Zioła prowansalskie)* Kalafior, gotowany 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**
18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa E [kcal]: **2530.04**, B [g]: **110.92**, T [g]: **87.72**, W [g]: **338.73**, Błonnik [g]: **29.22**, Cukier [g]: **89.04**, Sód [mg]: **2281.17**, Kwasy tł. nas. [g]: **45.74**	**Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* 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 Serek śmietankowy naturalny 80g **(07)**	Banan 130g	**Zupa koperkowa z ziemniakami** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* **Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie):** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)* **Sałata z jogurtem** 100g **(07)** *(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Sałata)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	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)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z koperkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy)* Kalafior, gotowany 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g **Pasztet drobiowy** 60g **(03,01,09)** *(Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Jaja kurze całe **(03)**, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)*	Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **2060.79**, B [g]: **115.2**, T [g]: **70.64**, W [g]: **250.56**, Błonnik [g]: **25.81**, Cukier [g]: **108.92**, Sód [mg]: **1038.92**, Kwasy tł. nas. [g]: **32.99**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Płatki owsiane **(01)**, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* **Twarożek z koperkiem** 150g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa koperkowa z ziemniakami** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* **Lekkostrawny makaron w sosie bolońskim (gotowanie):** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Koncentrat pomidorowy, 30%, Olej rzepakowy, Bazylia, świeża, Tymianek suszony, Oregano suszone)* **Surówka z tartego ogórka z jogurtem naturalnym** 100g **(07)** *(Ogórek świeży, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** **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)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1712.34**, B [g]: **86.83**, T [g]: **75.78**, W [g]: **178.36**, Błonnik [g]: **18.71**, Cukier [g]: **69.4**, Sód [mg]: **2601.42**, Kwasy tł. nas. [g]: **25.58**	**Śniadanie** **Zupa pomidorowa zabielana z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem** 500g **(09,07,03)** *(Woda, Mięso z udźca indyka, bez skóry, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus bananowy 200g	**Obiad** **Zupa koperkowa z ryżem, mięsem gotowanym i żółtkiem** 500g **(09,03,07)** *(Woda, Włoszczyzna świeża **(09)**, Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Ziele angielskie całe, Liście laurowe, suszone)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** **Barszcz czerwony z żółtkiem i mięsem gotowanym** 499g **(09,03)** *(Woda, Wieprzowina, szynka surowa, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, średnio, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Koncentrat pomidorowy, 30%, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mus OWOLOVE jabłkowo - morelowy (85% przecier z jabłek, 15% przecier z moreli.) 200g

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta bezmleczna E [kcal]: **2401.92**, B [g]: **79.44**, T [g]: **76.44**, W [g]: **365.89**, Błonnik [g]: **35.14**, Cukier [g]: **79.53**, Sód [mg]: **4328.95**, Kwasy tł. nas. [g]: **19.9**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g **(01)** *(Napój jaglany (woda kasza jaglana, olej słonecznikowy, sól), Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,06)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny sojowy **(06)**)* Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Żurek z ziemniakami i jajkiem** 400g **(09,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron w sosie bolońskim (gotowanie)** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 100g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	Pieczywo chrupkie jaglane 30g **(01)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g **Pasta z białej fasoli z jabłkiem** 78g *(Fasola biała z puszki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Czosnek, Pieprz czarny, Majeranek suszony)*	Mus OWOLOVE Jabłkowy (100% przecier z jabłek.) 200g

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta bezglutenowa E [kcal]: **2295.64**, B [g]: **87.16**, T [g]: **77.19**, W [g]: **330.34**, Błonnik [g]: **39.84**, Cukier [g]: **89.21**, Sód [mg]: **2649.17**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.2**	**Śniadanie** **Płatki ryżowe na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki ryżowe, błyskawiczne)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Żurek z ziemniakami i jajkiem** 400g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron bezglutenowy w sosie bolońskim (gotowanie)** 300g *(Makaron bezglutenowy, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 100g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** Pieczywo chrupkie jaglane 30g **(01)**	**Kolacja** Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta wegetariańska E [kcal]: **2494.89**, B [g]: **86.62**, T [g]: **82.26**, W [g]: **368.58**, Błonnik [g]: **32.84**, Cukier [g]: **86.19**, Sód [mg]: **2643.91**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.34**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 300g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Ser żółty 40g **(07)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Żurek z ziemniakami i jajkiem** 400g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron w sosie pomidorowym (gotowanie)** 300g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 100g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* Woda 204g Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) 46g	**Podwieczorek*** 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)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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	Wtorek (2026-10-27)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa E [kcal]: **2334.23**, B [g]: **84.4**, T [g]: **78.18**, W [g]: **340.39**, Błonnik [g]: **41.8**, Cukier [g]: **76.85**, Sód [mg]: **1848.08**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.16**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	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 graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa wielowarzywna z ryżem i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie)** 150g **(07)** *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki, gotowane 200g **Surówka z buraków** 100g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Kisiel truskawkowy** 200g *(Woda, kisiel truskawkowy)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g 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 (2026-10-27)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna E [kcal]: **2254.8**, B [g]: **84.01**, T [g]: **81.36**, W [g]: **311.98**, Błonnik [g]: **33.29**, Cukier [g]: **73.53**, Sód [mg]: **2325.37**, Kwasy tł. nas. [g]: **38.49**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Pasta z bialek jaj i szynki** 80g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)* **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	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska (gotowanie)** 150g **(09,07)** *(Marchew, Seler korzeniowy **(09)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, korzeń, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz ziołowy)* Ziemniaki, gotowane 200g **Surówka z buraków** 100g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **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)** Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)** Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g 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 (2026-10-27)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów E [kcal]: **2507.55**, B [g]: **89.78**, T [g]: **88.88**, W [g]: **361.05**, Błonnik [g]: **55.77**, Cukier [g]: **77.12**, Sód [mg]: **1989.68**, Kwasy tł. nas. [g]: **41.28**	**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 graham 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym i koperkiem** 400g (09) *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż brązowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie)** 150g (07) *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki, gotowane 200g **Sałata z jogurtem** 75g (07) *(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Sałata)* Fasolka szparagowa żółta, gotowana 75g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Chleb żytni razowy 30g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g (07) **Kremowy hummus z ciecierzycy** 40g *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Oliwa z oliwek, Cebula, Pieprz czarny)* Ogórek świeży 100g	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g (07) Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g (07) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g 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 (2026-10-27)					
18-27.10.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E [kcal]: **2216.51**, B [g]: **83.95**, T [g]: **75.98**, W [g]: **315.52**, Błonnik [g]: **35.56**, Cukier [g]: **74.16**, Sód [mg]: **2375.78**, Kwasy tł. nas. [g]: **24.23**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki jaglane na mleku 300g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Pasta z bialek jaj i szynki** 80g **(03)** *(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko parowane 160g	**Zupa wielowarzywna z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Zioła prowansalskie, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska (gotowanie)** 150g **(09)** *(Marchew, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, korzeń, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz ziołowy)* Ziemniaki, gotowane 200g **Surówka z buraków** 100g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Kisiel truskawkowy** 200g *(Woda, kisiel truskawkowy)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło roślinne MR 20g Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 150g **(07)** Pomidor b/s 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g 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

18-27.10.2026 dieta bogatobiałkowa

E [kcal]: **2449.35**, B [g]: **106.66**, T [g]: **92.21**, W [g]: **313.89**, Błonnik [g]: **33.83**, Cukier [g]: **74.28**, Sód [mg]: **3225.07**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.82**

Wtorek (2026-10-27)

Śniadanie

Płatki jaglane na mleku 300g **(07)**
*(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)*
Pasta z bialek jaj i szynki 80g **(03)**
*(Białko jaja kurzego **(03)**, Wędlina wieprzowa)*
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 drobiowa 60g

II Śniadanie

Jabłko parowane 160g

Obiad

Zupa wielowarzywna z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem 400g **(09)**
*(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)*
Potrawka wegetariańska (gotowanie) 150g **(09,07)**
*(Marchew, Seler korzeniowy **(09)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, korzeń, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz ziołowy)*
Ziemniaki, gotowane 200g
Surówka z buraków 100g
(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)
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)**
Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)**
Pomidor b/s 100g
Herbata czarna, napar bez cukru 250g
Pasta mięsna 80g
(Szynka wieprzowa, gotowana, Marchew, Olej rzepakowy)

Dobry Posiłek

Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g
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 (2026-10-27)

18-27.10.2026 dieta papkowata E [kcal]: **2012.1**, B [g]: **64.51**, T [g]: **86.83**, W [g]: **256.3**, Błonnik [g]: **29.56**, Cukier [g]: **82.04**, Sód [mg]: **1277.29**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.51**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku z musem owocowym i masłem** 500g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Mus owocowy, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**, Płatki jaglane)* Serek śmietankowy naturalny 80g **(07)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko parowane 160g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem, mięsem gotowanym i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska (gotowanie)** 150g **(09,07)** *(Marchew, Seler korzeniowy **(09)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, korzeń, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz ziołowy)* Ziemniaki, gotowane 200g **Surówka z buraków** 100g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **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** **Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego** 501g **(09,01,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Kasza manna **(01)**, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Koper ogrodowy, Sól biała, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g
18-27.10.2026 dieta płynna wzmocniona E [kcal]: **1824.97**, B [g]: **89.95**, T [g]: **81.2**, W [g]: **192.35**, Błonnik [g]: **24.38**, Cukier [g]: **54.4**, Sód [mg]: **853.49**, Kwasy tł. nas. [g]: **15.17**	**Śniadanie** **Krem z dyni z dodatkiem żółtka i mięsa gotowanego** 500g **(09,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Filety z kurczaka, gotowane, Ziemniaki, średnio, Dynia, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mus jabłkowy 200g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem** 500g **(09,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Sól biała, 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*** **Kisiel truskawkowy** 200g *(Woda, kisiel truskawkowy)*	**Kolacja** **Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego** 524g **(09,01,03)** *(Woda, Mięso z indyka gotowane, Kasza manna **(01)**, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Żółtko jaja kurzego **(03)**, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Ziele angielskie całe)* Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** 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

18-27.10.2026 dieta bezmleczna

E [kcal]: **2253.15**, B [g]: **69.16**, T [g]: **71.62**, W [g]: **350.55**, Błonnik [g]: **42.08**, Cukier [g]: **70.13**, Sód [mg]: **1885.16**, Kwasy tł. nas. [g]: **19.29**

Wtorek (2026-10-27)

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

Jabłko 160g

Obiad

Zupa wielowarzywna z ryżem i koperkiem 400g **(09)**
*(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)*
Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g
(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana wegańska 15% (roztwór białka soczewicy (woda, białko soczewicy 2,5%), olej rzepakowy, tłuszcz kokosowy, cukier, modyfikowana skrobia ziemniaczana, emulgator (polisorbat 60), stabilizatory (metyloceluloza, guma ksantanowa), regulator kwasowości (cytrynian trisodowy), aromat naturalny, sól, barwnik (karoteny)), Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))
Ziemniaki, gotowane 200g
Surówka z buraków 100g
(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)
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
Wędlina drobiowa 60g
Pomidor 100g
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

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

18-27.10.2026 dieta bezglutenowa

E [kcal]: **2273.93**, B [g]: **75.76**, T [g]: **81.87**, W [g]: **327.25**, Błonnik [g]: **45.49**, Cukier [g]: **82.97**, Sód [mg]: **1841.78**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.25**

Wtorek (2026-10-27)

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

Jabłko 160g

Obiad

Zupa wielowarzywna z ryżem i koperkiem 400g **(09)**
*(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)*
Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie) 150g **(07)**
*(Ciecierzyca surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))*
Ziemniaki, gotowane 200g
Surówka z buraków 100g
(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)
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)**
Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)**
Pomidor 100g
Herbata czarna, napar bez cukru 250g

Dobry Posiłek

Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g
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 (2026-10-27)

18-27.10.2026 dieta wegetariańska

E [kcal]: **2334.23**, B [g]: **84.4**, T [g]: **78.18**, W [g]: **340.39**, Błonnik [g]: **41.8**, Cukier [g]: **76.85**, Sód [mg]: **1848.08**, Kwasy tł. nas. [g]: **37.16**

Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
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 graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa wielowarzywna z ryżem i koperkiem** 400g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie)** 150g **(07)** *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki, gotowane 200g **Surówka z buraków** 100g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Kisiel truskawkowy** 200g *(Woda, kisiel truskawkowy)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1177.9**, B [g]: **60.71**, T [g]: **37.64**, W [g]: **154.73**, Błonnik [g]: **16.25**, Cukier [g]: **46.14**, Sód [mg]: **969.73**, Kwasy tł. nas. [g]: **16.18**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
Płatki gryczane na mleku 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 30g **(03)** Pomidor 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	Banan 65g	**Zupa ryżowa na rosole** 250g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 100g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 100g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 80g *(Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Budyń waniliowy** 100g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2297.4**, B [g]: **103.2**, T [g]: **81.73**, W [g]: **300.89**, Błonnik [g]: **31.91**, Cukier [g]: **81.74**, Sód [mg]: **1834.35**, Kwasy tł. nas. [g]: **38.65**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki gryczane na mleku 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole** 350g **(09)** *(Woda, Ryż biały, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 120g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 100g *(Kapusta biała, Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Kompot wieloowocowy** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy ze śmietanką)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem** 80g *(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** 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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Niedziela (2026-10-18)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2366.76**, B [g]: **103.43**, T [g]: **87.29**, W [g]: **310.56**, Błonnik [g]: **41.74**, Cukier [g]: **77.47**, Sód [mg]: **1885.2**, Kwasy tł. nas. [g]: **38.82**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
	Płatki gryczane na mleku 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki gryczane)* Jaja kurze całe, gotowane 100g **(03)** Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Zupa ryżowa na rosole (z ryżem brązowym)** 350g **(09)** *(Woda, Ryż brązowy, Marchew, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Liście laurowe, suszone, Majeranek suszony, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Plastry schabu w sosie majerankowym (duszenie)** 120g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Majeranek suszony, Pieprz ziołowy)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z białej kapusty i marchewki** 75g *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Marchew, Oliwa z oliwek, Cebula, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek** 75g *(Fasola szparagowa, 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))*	**Budyń waniliowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń waniliowy, bez cukru)*	Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **sałatka z kurczakiem i pomidorem** 80g *(Pomidor, Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)* Wędlina drobiowa 30g Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Zott Jogobella bez dodatku cukrów (jagoda) (jogurt (**mleko**, kultury bakterii jogurtowych), jagody (15%), inulina, koncentrat soku z buraków czerwonych, aromaty) 150g **(07)** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-19)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1120.34**, B [g]: **42.44**, T [g]: **39.99**, W [g]: **157.75**, Błonnik [g]: **16.82**, Cukier [g]: **31**, Sód [mg]: **1092.2**, Kwasy tł. nas. [g]: **18.29**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 200g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 40g Keczup (ketchup) 10g Papryka świeża 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb graham 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Mandarynki 65g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 250g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 180g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 40g *(Marchewka mini (babe))* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g **(07)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** **Pasta z tuńczyka** 40g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Ogórek świeży 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2215.07**, B [g]: **93.8**, T [g]: **84.9**, W [g]: **286.83**, Błonnik [g]: **31.11**, Cukier [g]: **61.26**, Sód [mg]: **2282.7**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.57**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 250g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 70g Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 350g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 280g **(01,07)** *(Makaron bezjajeczny, gotowany **(01)**, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Marchewka mini na ciepło (gotowana)** 100g *(Marchewka mini (babe))* **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)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-19)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2317.1**, B [g]: **96.43**, T [g]: **94.3**, W [g]: **292.44**, Błonnik [g]: **40.81**, Cukier [g]: **61.28**, Sód [mg]: **2224.51**, Kwasy tł. nas. [g]: **43.93**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 250g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 70g Keczup (ketchup) 15g Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami** 350g **(09)** *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Woda, Ziemniaki, średnio, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Cebula, Koper ogrodowy, Papryka w proszku, Ziele angielskie całe)* **Makaron razowy ze szpinakiem i serem (gotowanie)** 280g **(07)** *(Makaron pełnoziarnisty, gotowany, Szpinak, Serek śmietankowy, naturalny **(07)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sałata z oliwą i warzywami** 75g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Brokuły, gotowane 75g **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 żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g

01-Zboża zawierające gluten, 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Wtorek (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1064.06**, B [g]: **44.6**, T [g]: **43.17**, W [g]: **131.51**, Błonnik [g]: **15.86**, Cukier [g]: **35.05**, Sód [mg]: **1283.36**, Kwasy tł. nas. [g]: **16.01**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 30g Ogórek kiszony 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Jabłko 80g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami** 250g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 30g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 60g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 100g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 80g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 100g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Ser żółty 20g **(07)** Rzodkiewka 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Wtorek (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2113.16**, B [g]: **90.53**, T [g]: **91.67**, W [g]: **246.76**, Błonnik [g]: **31.38**, Cukier [g]: **52.61**, Sód [mg]: **3016.05**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.98**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa krem z brokuła z grzankami** 350g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 90g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 100g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 100g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* **Kompot wieloowocowy** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka brzoskwiniowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Tymbark Mus Vega jablko 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Wtorek (2026-10-20)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2078.7**, B [g]: **90.23**, T [g]: **89.88**, W [g]: **247.51**, Błonnik [g]: **41.84**, Cukier [g]: **55.25**, Sód [mg]: **3025.4**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.65**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
	Płatki jaglane na mleku 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* Wędlina wieprzowa 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb pełnoziarnisty z żyta (mąka **żytnia** razowa (z pełnego przemiału), woda, zakwas **żytni** (mąka + woda) oraz sól) 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Jabłko 160g	**Zupa krem z brokuła z grzankami pełnoziarnistymi** 350g **(09,01)** *(Woda, Brokuły, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Chleb żytni razowy **(01)**, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* **Filet z piersi kurczaka (parowany)** 90g *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Olej rzepakowy, Papryka w proszku, Pieprz ziołowy)* **Sos jarzynowy** 100g **(09)** *(Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Woda, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka wielowarzywna z oliwą** 75g *(Ogórek świeży (długi), Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)* Brukselka, gotowana 75g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Galaretka brzoskwiniowa, bez cukru 200g	Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Tymbark Mus Vega jablko burak truskawka (przecier zjabłek (70%), sok z czerwonych buraków z zagęszczonego soku (20%), przecier truskawkowy 10%) 100g

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

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	środa (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1139.59**, B [g]: **49.08**, T [g]: **39.54**, W [g]: **156.49**, Błonnik [g]: **18.04**, Cukier [g]: **41.25**, Sód [mg]: **1682.8**, Kwasy tł. nas. [g]: **18.42**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 200g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 40g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb graham 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Gruszka 65g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 250g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 100g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 100g Ogórek kiszony 80g **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 15g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 40g **(07)** Papryka świeża 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)**
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2287.36**, B [g]: **82.54**, T [g]: **85.41**, W [g]: **314.96**, Błonnik [g]: **34.91**, Cukier [g]: **71.85**, Sód [mg]: **2737.09**, Kwasy tł. nas. [g]: **43.84**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 250g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 350g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 120g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 180g Ogórek kiszony 100g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Biszkopty (ciastka) (mąka pszenna, jaja, substancja słodząca: maltitol, emulgator: mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych) 30g **(01,03)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** 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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	środa (2026-10-21)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2259.34**, B [g]: **83.37**, T [g]: **91.9**, W [g]: **297.05**, Błonnik [g]: **43.52**, Cukier [g]: **57.25**, Sód [mg]: **2651.6**, Kwasy tł. nas. [g]: **46.73**	**Śniadanie** **Płatki żytnie na mleku** 250g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki żytnie **(01)**)* **Hummus z soczewicy** 80g *(Soczewica czerwona, nasiona suche, Cebula, Oliwa z oliwek, Pieprz czarny)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Barszcz czerwony z ziemniakami i zieloną pietruszką** 350g **(09)** *(Woda, Ziemniaki, średnio, Buraki, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Bitki wieprzowe w sosie własnym (duszenie)** 120g **(01)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Pieprz czarny, Sól biała)* Kasza gryczana, gotowana 100g Ogórek kiszony 75g Kalafior, gotowany 75g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** **Pasta jajeczna ze szczypiorkiem** 40g **(03,10)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Majonez (Olej rzepakowy, żółtko **jaja**, ocet, musztarda (woda, **gorczyca**, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy,) **(03,10)**)* Rzodkiewka 50g	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek śmietankowy klasyczny 80g **(07)** Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Mlekovita Jogurt Polski naturalny (**mleko**u, żywe kultury bakterii jogurtowych) 100g **(07)** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1159.47**, B [g]: **54.51**, T [g]: **41.75**, W [g]: **148.97**, Błonnik [g]: **15.83**, Cukier [g]: **40.44**, Sód [mg]: **1003.2**, Kwasy tł. nas. [g]: **17.39**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 30g Ogórek świeży 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Mandarynki 65g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 250g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Groszek zielony, Kasza kuskus **(01)**, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 100g **(03,01,07)** *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 100g **(07)** **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 80g **(03)** *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym **(03)**, Pieprz czarny)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 100g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Ser żółty 20g **(07)** Pomidor 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2227.67**, B [g]: **90.67**, T [g]: **85.23**, W [g]: **288.84**, Błonnik [g]: **30.1**, Cukier [g]: **61.3**, Sód [mg]: **2084.46**, Kwasy tł. nas. [g]: **41.21**	**Śniadanie** **Kasza kukurydziana na mleku** 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Kasza kukurydziana)* Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 350g **(09,01)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Groszek zielony, Kasza kuskus **(01)**, Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 120g **(03,01,07)** *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, **mleko** UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 180g **(07)** **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 100g **(03)** *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym **(03)**, Pieprz czarny)* **Kompot wieloowocowy** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Ser żółty 40g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (**Mleko**, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g **(07)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Czwartek (2026-10-22)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2227.96**, B [g]: **89.19**, T [g]: **90.19**, W [g]: **281.4**, Błonnik [g]: **35.56**, Cukier [g]: **62.76**, Sód [mg]: **2101.85**, Kwasy tł. nas. [g]: **42.56**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 250g (07) *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)* Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Krem z zielonego groszku z kaszą kuskus** 350g (09,01) *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, seler, por) (09), Groszek zielony, Kasza kuskus (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz czarny)* **Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym (gotowanie)** 120g (03,01,07) *(Mięso z piersi kurczaka, bez skóry, Woda, Bułka pszenna zwykła (01), Jaja kurze całe (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Cebula, Czosnek, Olej rzepakowy, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* Ziemniaki purée (ziemniaki, mleko UHT 3,2% tłuszczu, masło (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 180g (07) **Surówka z czerwonej kapusty z majonezem** 75g (03) *(Kapusta czerwona, Cebula, Majonez z olejem rzepakowym (03), Pieprz czarny)* **Szpinak na gęsto (duszony)** 75g (07) *(Szpinak, Śmietana 12% do zup i sosów (07), Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** **Budyń śmietankowy** 200g (07) *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)*	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (mleko)) 20g (07) Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Jogurt waniliowy (Mleko, cukier, naturalny aromatwaniliowy, zagęszczony sok cytrynowy, pokruszona laska wanilii 0,02%, barwnik: karoteny, żywe kultury bakterii jogurtowych: Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus.) 100g (07)

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Piątek (2026-10-23)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1011.72**, B [g]: **51.47**, T [g]: **36.38**, W [g]: **127.15**, Błonnik [g]: **13.79**, Cukier [g]: **32.88**, Sód [mg]: **1541.18**, Kwasy tł. nas. [g]: **14.93**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki jęczmienne na mleku 200g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)* Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, włoszczyzna (**seler**), **jaja**, przyprawa ziołowa, chleb **pszenny**) 30g **(01,03,09)** Rzodkiewka 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb graham 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	Jabłko 80g	**Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 250g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 30g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 60g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 100g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka w kostce na gęsto (duszenie)** 80g **(01,07)** *(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Kisiel owoce leśne** 100g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Wędlina drobiowa 30g Ogórek kiszony 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 150g **(07)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Piątek (2026-10-23)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2133.66**, B [g]: **88.45**, T [g]: **83.31**, W [g]: **271.93**, Błonnik [g]: **29.4**, Cukier [g]: **55.15**, Sód [mg]: **3026.8**, Kwasy tł. nas. [g]: **35.67**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki jęczmienne na mleku 250g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)* Pasztet 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	Jabłko 160g	**Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki** 350g **(09)** *(Woda, Ryż biały, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 90g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 100g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Marchewka w kostce na gęsto (duszenie)** 100g **(01,07)** *(Marchew, Mąka pszenna, typ 500 **(01)**, Olej rzepakowy, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Kisiel owoce leśne** 200g *(Woda, Kisiel owoce leśne)*	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Sałatka 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	Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Piątek (2026-10-23)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2214.62**, B [g]: **93.01**, T [g]: **90.01**, W [g]: **279.44**, Błonnik [g]: **40.73**, Cukier [g]: **56.31**, Sód [mg]: **3181.08**, Kwasy tł. nas. [g]: **38.62**	**Śniadanie** **Płatki jęczmienne na mleku** 250g **(01,07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jęczmienne **(01)**)* Pasztet 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	**Obiad** **Zupa pomidorowa z ryżem brązowym i natką pietruszki** 350g **(09)** *(Woda, Ryż brązowy, gotowany, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Przecier pomidorowy (woda, pomidory, sól), Koncentrat pomidorowy, 30%, Liście laurowe, suszone, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Ziele angielskie całe)* **Dorsz parowany** 90g **(04)** *(Dorsz, świeży, filety bez skóry **(04)**, Pieprz ziołowy)* **Sos cytrynowy** 100g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Cytryna, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek** 75g *(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek)* **Kapusta biała duszona** 75g *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 60g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)*	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Sałatka 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** Serek wiejski lekki (twaróg ziarnisty (**mleko**), śmietanka pasteryzowana **(mleko)**, białka **mleka**, sól.) 150g **(07)** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1030.09**, B [g]: **41.91**, T [g]: **33.76**, W [g]: **148.8**, Błonnik [g]: **17.38**, Cukier [g]: **41.56**, Sód [mg]: **1024.32**, Kwasy tł. nas. [g]: **16.4**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki jaglane na mleku 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 40g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	Gruszka 65g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 250g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 100g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 100g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 80g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g **(07)**	Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 40g Keczup (ketchup) 10g Ogórek świeży 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	Kefir Sokólski 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2106.11**, B [g]: **72.59**, T [g]: **76.58**, W [g]: **298.04**, Błonnik [g]: **32.08**, Cukier [g]: **64.74**, Sód [mg]: **1999.17**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.46**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Dobry Posiłek**
	Płatki jaglane na mleku 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Gruszka 130g	**Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 350g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 120g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż biały, gotowany 180g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 100g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* **Kompot wieloowocowy** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	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) 70g Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Sobota (2026-10-24)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2080.2**, B [g]: **71.91**, T [g]: **77.85**, W [g]: **294.16**, Błonnik [g]: **41.68**, Cukier [g]: **65.99**, Sód [mg]: **1996.83**, Kwasy tł. nas. [g]: **39.67**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki jaglane)* **Jajecznica ze szczypiorkiem** 80g **(03,07)** *(Jaja kurze całe **(03)**, Szczypiorek, Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) **(07)**)* Papryka świeża 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Gruszka 130g	**Obiad** **Zupa marchewkowa z ziemniakami i koperkiem** 350g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Marchew, Ziemniaki, późne, Koper ogrodowy)* **Leczo z warzywami i soczewicą (gotowanie)** 120g **(09)** *(Cukinia, Dynia, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Pomidory bez skóry w puszce lub kartoniku, Soczewica czerwona, nasiona suche, Majeranek suszony)* Ryż brązowy, gotowany 180g **Surówka z selera i jabłka z jogurtem** 75g **(09,07)** *(Seler korzeniowy **(09)**, Jabłko, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Brokuły, gotowane 75g **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 żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Parówki drobiowe (93% mięso z indyka (w tym 21% mięso z fileta z piersi indyka), woda, sól, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, glukoza) 70g Keczup (ketchup) 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Lestello wafle ryżowe (100% ryż brązowy) 25g Kefir Sokólski MLEKPOL (**mleko**, **mleko** w proszku, białka **mleka**, kultury bakterii mlekowych) 150g **(07)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1032.93**, B [g]: **45.02**, T [g]: **34.29**, W [g]: **146.35**, Błonnik [g]: **18.26**, Cukier [g]: **30.28**, Sód [mg]: **1113.91**, Kwasy tł. nas. [g]: **12.97**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 200g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 40g Ogórek świeży 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb graham 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Mandarynki 65g	**Obiad** **Rosół z makaronem** 250g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 30g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 60g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 100g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 80g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 100g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Wędlina drobiowa 30g Rzodkiewka 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** 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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2181.85**, B [g]: **104.43**, T [g]: **81.69**, W [g]: **277.05**, Błonnik [g]: **34.33**, Cukier [g]: **52.38**, Sód [mg]: **2428.32**, Kwasy tł. nas. [g]: **34.36**	**Śniadanie** **Płatki orkiszowe na mleku** 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Mandarynki 130g	**Obiad** **Rosół z makaronem** 350g **(09,01)** *(Woda, Makaron bezjajeczny **(01)**, Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 90g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 100g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 180g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 100g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Galaretka jagodowa (cukier, żelatyna, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa, krokosza), maltodekstryna.) 200g	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** 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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Niedziela (2026-10-25)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2218.67**, B [g]: **105.72**, T [g]: **81.16**, W [g]: **288.99**, Błonnik [g]: **44.73**, Cukier [g]: **52.32**, Sód [mg]: **2783.75**, Kwasy tł. nas. [g]: **33.72**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
	Płatki orkiszowe na mleku 250g **(07)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki orkiszowe)* Hummus pomidorowy 80g Ogórek świeży 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Mandarynki 130g	**Rosół z makaronem razowym** 350g **(09)** *(Woda, Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Marchew, Por, Mięso z ud kurczaka, bez skóry, Pietruszka, korzeń, Seler korzeniowy **(09)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki))* **Kotlet mielony (parowany)** 90g **(01,03)** *(Wieprzowina, schab surowy bez kości, Bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże) **(01)**, Jaja kurze całe **(03)**, Olej rzepakowy, Pieprz czarny)* **Sos koperkowy** 100g **(07)** *(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Koper ogrodowy, Pieprz czarny)* **Ziemniaki z koperkiem** 200g *(Ziemniaki, gotowane, Koper ogrodowy)* **Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek** 75g *(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)* **Surówka z pomidora z jogurtem natralnym i natką pietruszki** 75g **(07)** *(Pomidor, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Pietruszka, liście (natka pietruszki), Pieprz ziołowy, Sól biała)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Galaretka jagodowa, bez cukru 200g	Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Wędlina drobiowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Skyr jogurt typu islandzkiego naturalny Piątnica (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych (Streptococcus thermophilus, Lactobacillus bulgaricus).) 150g **(07)** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1196.26**, B [g]: **53.76**, T [g]: **32.7**, W [g]: **179**, Błonnik [g]: **14.72**, Cukier [g]: **53.81**, Sód [mg]: **1253.26**, Kwasy tł. nas. [g]: **13.14**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 200g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 40g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Pomidor 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Banan 65g	**Obiad** **Żurek z ziemniakami i jajkiem** 250g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron w sosie bolońskim (gotowanie)** 180g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 40g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** 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) 15g **(01,07)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 40g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2268.02**, B [g]: **93.82**, T [g]: **72.97**, W [g]: **323.71**, Błonnik [g]: **29.63**, Cukier [g]: **81.81**, Sód [mg]: **2600.79**, Kwasy tł. nas. [g]: **33.51**	**Śniadanie** **Płatki owsiane na mleku** 250g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Banan 130g	**Obiad** **Żurek z ziemniakami i jajkiem** 350g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron w sosie bolońskim (gotowanie)** 280g **(01,03)** *(Makaron spaghetti **(01,03)**, Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 100g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* **Kompot wieloowocowy** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** 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)**	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Poniedziałek (2026-10-26)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2319.19**, B [g]: **99.94**, T [g]: **83.43**, W [g]: **313.3**, Błonnik [g]: **42.76**, Cukier [g]: **92.29**, Sód [mg]: **2457.69**, Kwasy tł. nas. [g]: **35.88**	**Śniadanie**	**II Śniadanie**	**Obiad**	**Podwieczorek***	**Kolacja**	**Posiłek nocny**
	Płatki owsiane na mleku 250g **(07,01)** *(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu **(07)**, Płatki owsiane **(01)**)* **Pasta z tuńczyka** 80g **(04,07)** *(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) **(04)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**)* Pomidor 100g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Banan 130g	**Żurek z ziemniakami i jajkiem** 350g **(09,07,03)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Ziemniaki, późne, Jaja kurze całe **(03)**, Śmietana, 18% tłuszczu **(07)**, Zakwas na żur, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Sól biała, Ziele angielskie całe)* **Makaron razowy w sosie bolońskim (gotowanie)** 280g *(Makaron pełnoziarnisty (razowy, pełne ziarno), Passata - przetarte pomidory, Mięso mielone z indyka, Cebula, Koncentrat pomidorowy, 30%, Czosnek, Bazylia, świeża, Olej rzepakowy, Oregano suszone, Pieprz czarny)* **Surówka z ogórka kiszonego** 75g *(Ogórek kiszony, Cebula, Oliwa z oliwek)* **Kapusta kiszona z kminkiem na ciepło (gotowanie)** 75g *(Kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), Olej rzepakowy, Cebula, Koper ogrodowy, Kminek cały, Pieprz czarny)* **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g **(07)**	Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** **Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem** 80g **(07)** *(Ser twarogowy (twaróg) chudy **(07)**, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Rzodkiewka, Szczypiorek)* Papryka świeża 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	Łowicz deser ryżowo-owocowy a'la sernik z brzoskwiniami (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)**

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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Wtorek (2026-10-27)					
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 1-3lata) E [kcal]: **1165.86**, B [g]: **44.66**, T [g]: **38.49**, W [g]: **169.39**, Błonnik [g]: **22.63**, Cukier [g]: **49.21**, Sód [mg]: **741.52**, Kwasy tł. nas. [g]: **14.3**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 200g **(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 30g Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Chleb graham 30g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**II Śniadanie** Jabłko 80g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem i koperkiem** 250g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie)** 100g **(07)** *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki, gotowane 100g **Surówka z buraków** 80g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **Kompot wieloowocowy** 150g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** **Kisiel truskawkowy** 100g *(Woda, kisiel truskawkowy)*	**Kolacja** Chleb pszenny (mąka **pszenna** 450, woda, zakwas piekarski żytni, drożdże, sól) 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 40g **(07)** Pomidor 30g Herbata czarna, napar bez cukru 150g	**Dobry Posiłek** Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g
18-27.10.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny dzieci 3- 18lat) E [kcal]: **2199.4**, B [g]: **78.51**, T [g]: **75.79**, W [g]: **316.62**, Błonnik [g]: **38.41**, Cukier [g]: **71.65**, Sód [mg]: **1803.94**, Kwasy tł. nas. [g]: **36.24**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 250g **(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 graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem i koperkiem** 350g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż biały, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie)** 120g **(07)** *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki, gotowane 180g **Surówka z buraków** 100g *(Buraki, Oliwa z oliwek, Sok z cytryny, Pieprz czarny)* **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)** Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Dobry Posiłek** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g 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

(sezon od maja do sierpnia)

Jadłospis	Wtorek (2026-10-27)					
18-27.10.2026 dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów (pediatria dzieci 3-18 lat) E [kcal]: **2373.23**, B [g]: **83.87**, T [g]: **86.42**, W [g]: **337.4**, Błonnik [g]: **52.02**, Cukier [g]: **71.89**, Sód [mg]: **1945.32**, Kwasy tł. nas. [g]: **40.34**	**Śniadanie** **Płatki jaglane na mleku** 250g **(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 graham 90g **(01)** Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**II Śniadanie** Jabłko 160g	**Obiad** **Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym i koperkiem** 350g **(09)** *(Woda, Włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchewka, pietruszka, **seler**, por) **(09)**, Zupa jarzynowa, mrożona **(09)**, Ryż brązowy, Koper ogrodowy, Liście laurowe, suszone, Pieprz czarny, Ziele angielskie całe)* **Potrawka wegetariańska z ciecierzycą (duszenie)** 120g **(07)** *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Marchew, Pietruszka, korzeń, Śmietana, 12% tłuszczu **(07)**, Groszek zielony, Woda, Pieprz ziołowy, Pietruszka, suszona (natka pietruszki))* Ziemniaki, gotowane 180g **Sałata z jogurtem** 75g **(07)** *(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu **(07)**, Sałata)* Fasolka szparagowa żółta, gotowana 75g **Kompot z owoców mieszanych** 250g *(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona) (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))*	**Podwieczorek*** Chleb żytni razowy 30g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 5g **(07)** **Kremowy hummus z ciecierzycy** 40g *(Cieciorka surowa (ciecierzyca), Oliwa z oliwek, Cebula, Pieprz czarny)* Ogórek świeży 100g	**Kolacja** Chleb żytni razowy 90g **(01)** Masło ekstra (śmietanka pasteryzowana (**mleko**)) 20g **(07)** Serek wiejski (Serek śmietankowy (**mleko**), sól, białka **mleka**) 150g **(07)** Pomidor 100g Herbata czarna, napar bez cukru 250g	**Posiłek nocny** Rymut Chrupkie pieczywo kukurydziano - ryżowe (grys kukurydziany - 90,42%, grysik ryżowy - 9,04%, sól spożywcza, olej roślinny (rzepakowy)) 25g Kubuś Mus 100% (truskawka, jabłko, banan, marchew) (przecier z: jabłek (40%), bananów (30%), truskawek (25%), marchwi (5%)) 100g

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