

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-01	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA					
	NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku	7		300ml	Kasza jaglana na mleku	7		300ml	Kasza jaglana na mleku + miód + masło	7		500ml
	szynka drobiowa			60g	szynka drobiowa			60g	ser biały	7		150g
	Ser żółty	7		40g	ser biały	7		80g				
	pomidor			100g	Pomidor b/s			100g				
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	Bułka paryska	1		90g	Bułka paryska	1		90g				
	Herbata			250ml	* jogurt naturalny	7		100g	Herbata			250ml
	Herbata				Herbata			250ml	Herbata			250ml
II ŚNIADANIE	Banan			1szt.	Banan			1szt.				
OBIAD	Zupa zacierkowa	1,3,9		400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9		400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9		400ml
	Kotlet w ziołach	1,3		120g	Filet w ziołach na parze			120g	Filet w ziołach na parze			120g
	ziemniaki puree	7		200g	ziemniaki puree	7		200g	ziemniaki puree	7		200g
	surówka z czerwonej kapusty i jabłka			100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)			100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)			100g
	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml	Kompot wielowocowy			250ml
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7		30g	biszkopty	1,3,7		30g				
KOLACJA	Chleb graham	1		90g	Bułka weka	1		90g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9		500ml
	Masło	7		20g	Masło	7		20g				
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9		80g	kielbasa krakowska, drobiowa			60g				
	twarożek z koperkiem	7		80g	twarożek z koperkiem	7		80g				
					* pasta z białka jaj i jogurtu+twaróg	3,7		80g				
	ogórek zielony			100g	sałata			30g				
	Herbata			250ml	Herbata			250ml				
ENERGIA: 2201; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 341;				ENERGIA: 2006; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 311;				ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 289;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-02	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	dżem		40g	dżem		40g			
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* szynka wiejska		60g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Gruszka		1/2szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBİAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Mararon z serem	1,7	300g	Mararon z serem	1,7	300g	Mararon z serem	1,7	300g
	polewa jogurtowo - owocowa		100ml	polewa jogurtowo - owocowa		100ml	polewa jogurtowo - owocowa		100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa pomidorowa z ryżem+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	jajko	3	50g	pasta z białek jaj i szynki	3,7	50g			
	serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g			
	Ogórek zielony		100g	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	100g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
	ENERGIA: 2165; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 319;			ENERGIA: 1988; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 293;			ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 289;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-03	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA					
	WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku + miód + masło	1,7	500ml			
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g	serek grani	7	150g			
	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g						
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g						
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g						
				* pasta z białek jaj i twarogu	3,7	80g						
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
II ŚNIADANIE	Pomarańcza		1/2szt.	Banan		1szt.						
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml			
	Bitka w sosie własnym		120g/150ml	Bitka schabowa w sosie własnym		120g/150ml	Bitka schabowa w sosie własnym		120g/150ml			
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g			
	surówka z ogórka kiszzonego i marchewki		100g	szpinak		100g	szpinak		100g			
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml			
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g						
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g						
	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g						
	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g						
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g						
				* twarożek	7	80g						
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2203; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 319;			ENERGIA: 2016; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2012; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 277;					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-04	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku + miód + masło (20g)	7	500ml
	parówki drobiowe		120g	parówki drobiowe		120g	pasta mięsna	9	120g
	ketchup		10g	ketchup		10g			
	ogórek konserwowy		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
				* serek wiejski	7	150g			
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1 szt.			
OBIAD	Krem z papryki z grozkiem ptysiowym	1,9	400ml	Zupa z cukini z makaronem	1,9	400ml	Zupa z cukini z makaronem	1,9	400ml
	Pulpety vegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety vegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety vegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	120g/150ml
	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g
	marchewka julienne z oliwą		100g	marchewka julienne z oliwą		100g	marchewka julienne z oliwą		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Rosół + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g			
	serek ziołowy	7	80g	dżem		40g			
	rzodkiewka		100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g			
	Herbata		250ml	* pasta z bialek jaj i sera	3,7	80g			
			Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 2201; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 319;			ENERGIA: 1997; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 289;			ENERGIA: 2000; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 280;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-05 CZWARTEK	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAPKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane + miód + masło	7	500ml
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	twarożek z koperkiem	7	80g
	ser żółty	7	40g	twarożek z koperkiem	7	80g			
	papryka		100g	kalafior na parze		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* serek naturalny	7	150g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml
	Potrąwka z kurczaka	1,7	150g	Potrąwka z kurczaka	1,7	150g	Potrąwka z kurczaka	1,7	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z buraczków i z jabłka		100g	surówka z buraczków i z jabłka		100g	surówka z buraczków i z jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa krem z białych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	40g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g			
	kabanosy		60g	szynka drobiowa		60g			
	ogórek świeży		100g	sałata		100g			
	Herbata		250ml	* serek fromage	7	80g			
				Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2145; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 311;			ENERGIA: 1950; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 282;			ENERGIA: 1982; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 307;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-06	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	500ml
	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g
	Kielbasa drobiowa		60g	Kielbasa drobiowa		60g			
	Papryka		100g	jabłko pieczone		1szt.			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g			
				* jogurt naturalny	7	150g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml
	Morszczuk po grecku	1,3,4	120g	Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk na parze	4	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	fasolka szparagowa na parze		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g			
KOLACJA	Chleb pszenny	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	parówki drobiowe na ciepło		120g	parówki drobiowe na ciepło		120g			
	ketchup		10g	ketchup		10g			
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g			
				* ser biały	7	40g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2122; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 318;			ENERGIA: 1979; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 297;			ENERGIA: 1982; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 307;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-07	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKKOWATA			
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
SOBOTA										
	ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku + miód + masło	1,7	500ml
		Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	3,7	80g
		Miód		40g	Miód		40g			
		sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g			
		Masło	7	20g	Masło	7	20g			
		Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
				*ser biały	7	80g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	gruszka		1szt.	Banan		1szt.				
OBIAD	Krem z ciecierzycy z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	400ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem	9	400ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem	9	400ml	
	Ryż z jabłkiem	7	300g	Ryż z jabłkiem parowanym	7	300g	Ryż z jabłkiem parowanym	7	300g	
	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100ml	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100ml	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	30g	sucharki	1	30g				
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Bułka weka	1	90g	Zupa koperkowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	sałatka z kapusty pekińskiej z warzywami		100g	Serek ziarnisty	7	150g				
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g				
	ser biały	7	80g	Pomidor b/s		80g				
				* jogurt naturalny	7	100ml				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml				Herbata
	ENERGIA: 2145; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 311;			ENERGIA: 1969; BIAŁKO: 59; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 285;			ENERGIA: 1965; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 280;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-08 NIEDZIELA	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKKOWATA		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku + miód + masło	7	500ml
	pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4	80g
	kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		80g			
	papryka		100g	pomidor p/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* ser biały	7	40g	Herbata		250ml
Herbata			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml
	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z białej kapusty i marchewki		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt owocowy	7	100g	jogurt owocowy	7	100g			
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa z dyni z kaszą manną + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	połędwica miodowa		60g	połędwica miodowa		60g			
	serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g			
	rzodkiewka		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	*wędlina wieprzowa		60g			
Herbata			Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 2178; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 279;			ENERGIA: 1994; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 274;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-09	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7	500ml
	ser żółty salami	7	40g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g			
	ogórek zielony		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i twarogu Herbata	3,7	150g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Pomarańcza		1/2 szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml
	Makaron penne ze szpinakiem i serem	1,7	300g	Makaron penne ze szpinakiem	1,7	300g	Makaron penne ze szpinakiem	1,7	300g
	surówka Colesław		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	30g	herbatniki	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa szczawiowa+ żółtko + mięso gotowane z indyka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	pasta jajeczna	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g			
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g			
	pomidor		100g	brokuł		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny Herbata	7 250ml	100g 250ml			
	ENERGIA: 2212; BIAŁKO: 66; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 348;			ENERGIA: 2024; BIAŁKO: 60; TŁUSZCZ: 56; WĘGLOWODANY: 319;			ENERGIA: 2020; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 56; WĘGLOWODANY: 303;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-10	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA			
	WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku + miód + masło	1,7	500ml	
	twaróg z suszonymi pomidorami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	3,7	80g	
	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g				
	papryka		100g	sałata z jogurtem	7	100g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Chleb pszenno-żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g				
	Herbata		250ml	* twaróg	7	80g	Herbata		250ml	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.				
OBIAD	Zupa krem z kalafiora z grzankami	1,7,9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	
	Filet z piersi kurczaka parowany		120g	Filet z piersi kurczaka parowany		120g	Filet z piersi kurczaka parowany		120g	
	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g	
	surówka wiosenna z sosem winegret	10	100g	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	budyń śmietankowy	7	200ml				
KOLACJA	Chleb razowy	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa grycikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g				
	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g				
	ogórek		100g	marchewka julienne		100g				
				* sałatka z mięsem gotowanym, jogurtem i sałatą	7	120g				
	Herbata		250ml	Herbata		250ml				Herbata
	ENERGIA: 2110; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 1983; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 297;			ENERGIA: 1986; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 293;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-01	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Krupnik jaglany na bulionie warzywnym + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
				szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g
				ser biały	7	80g	Ser żółty	7	40g
				Pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa zacierkowa z indykiem	1,3,9	500ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml
				Filet w ziołach na parze		120g	Kotlet w ziołach	1,3	120g
				ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
				trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		150g	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		75g
				trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)			trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		75g
Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	biszkopty	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	200ml
							musli	1	30g
							mandarynka		1szt.
KOLACJA	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				kielbasa krakowska, drobiowa		60g	pastą z soczewicy i suszonych pomidorów	9	80g
				twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
				sałata		30g	ogórek zielony		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2001; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 255;			ENERGIA: 2008; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 311;			ENERGIA: 2195; BIAŁKO: 98; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 274;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-02	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa grysikowa z kaszą manną + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				Pasta mięsna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g
				marchewka julienne		100g	szynka wiejska		60g
				Masło	7	20g	marchewka julienne		100g
				Bułka weka	1	90g	Masło	7	20g
							Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Jabłko pieczone		1szt.	Gruszka		1/2szt.
OBIAD	Zupa brokułowa na śmietanie z mięsem drobiowym z warzywami i koperkiem	7,9	500ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
				Mararon z serem	1,7	300g	Makaron pełnoziarnisty i serem	1,7	300g
				polewa jogurtowo - owocowa		100ml	polewa jogurtowo - owocowa		100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	Galaretka owocowa		200ml	chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							szynka konserwowa		60g
							ogórek kiszony		100g
KOLACJA	Zupa pomidorowa z ryżem+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta z białek jaj i szynki	3,7	50g	jajko	3	50g
				serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g
				bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g	Ogórek zielony		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1994; BIAŁKO: 94; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 254;			ENERGIA: 1979; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 302;			ENERGIA: 2168; BIAŁKO: 102; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 266;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-03	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa ziemniaczana + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
				szynka krucha			60g		
				serek grani	7	150g	Serek wiejski	7	150g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus owocowy		200g	Banan		1szt.	Pomarańcza		1/2szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem na śmietanie, natką pietruszki z mięsem gotowanym	1,7,9	500ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml
				Bitka schabowa w sosie własnym			120g/150ml		
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				szpinak		150g	surówka z ogórka kiszzonego i marchewki		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g	Chleb żytni	1	30g
							Masło		
							pasta jajeczna	3,7	80g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło			7		
				ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
				polędwica sopocka		60g	polędwica sopocka		60g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 2015; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 2018; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 53; WĘGLOWODANY: 318;			ENERGIA: 2195; BIAŁKO: 98; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 263;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-04	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa ryżowa + masło (20g)	7,9	500ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
				pasta mięsna	9	120g	parówki drobiowe		120g
							ketchup		10g
				pomidor b/s		100g	ogórek konserwowy		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus owocowy		200ml	Jabłko pieczone		1 szt.	Jabłko		1szt.
OBİAD	Zupaz cukini z makaronem i mięsem drobiowym na śmietanie	1,7,9	500ml	Zupa z cukini z makaronem	1,9	400ml	Krem z papryki z groszkiem ptysiowym	9	400ml
				Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	120g/150 ml	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	120g/150ml
				ziemniaki		200g	ziemniaki		200g
				marchewka julienne z oliwą		150g	marchewka julienne z oliwą		75g
							ogórek konserwowy		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							serek wiejski	7	150g
							pomidor		100g
KOLACJA	Rosół + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g
				dżem		40g	serek ziolowy	7	40g
				Salata z jogurtem naturalnym	7	100g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2003; BIAŁKO: 120; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 230;			ENERGIA: 1993; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 50; WĘGLOWODANY: 314;			ENERGIA: 2207; BIAŁKO: 104; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 265;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-05	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa szpinakowa z ziemniakami + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				twarożek z koperkiem	7	80g	ser żółty	7	40g
				kalafior na parze		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny	7	100g	Banan		1szt.	Mandarynki		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa na śmietanie z mięsem z kurczaka i ziemniakami	7,9	500ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
				Potrawka z kurczaka	1,7	150g	Potrawka z kurczaka	1,7	150g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g
				surówka z buraczków i z jabłka		150g	surówka z buraczków i z jabłka		75g
				colesław	7	75g			
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Chleb z ziarnami	1	30g
							Masło	7	5g
							serek fromage	7	80g
							ogórek zielony		100g
KOLACJA	Zupa krem z białych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	40g
				szynka drobiowa		60g	kabanosy		60g
				sałata		100g	ogórek świeży		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
		ENERGIA: 1945; BIAŁKO: 97; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 219;			ENERGIA: 1952; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 49; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 257;	

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-06	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa brokułowa z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
				ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g
				Kielbasa drobiowa		60g	Kielbasa drobiowa		60g
				jabłko pieczone		1szt.	Papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus bananowy		30g	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną na śmietanie z mięsem wieprzowym	7,9	500ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml
				Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk po grecku	1,3,4	120g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				kalafior na parze		150g	fasolka szparagowa na parze		75g
							surówka z kiszzonej kapusty		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	wafle ryżowe		30g	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt naturalny		100g
							Gruszka		1szt.
KOLACJA	Zupa marchewkowa z ryżem + żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta mięsna	9	120g	parówki drobiowe na ciepło		120g
							ketchup		10g
				marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1985; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 238;			ENERGIA: 1973; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 48; WĘGLOWODANY: 311;			ENERGIA: 2124; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 265;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-07	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
				Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g
				Miód		40g	hummus		80g
				sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	kisiel owocowy		200ml	Banan		1szt.	gruszka		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana na śmietanie z mięsem z indyka	7,9	500ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem	9	400ml	Krem z ciecierzycy z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	400ml
				Ryz z jabłkiem	7	300g	Ryz brązowy z jabłkiem	7	300g
				polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100ml	polewa jogurtowo - cynamonowa		150g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	sucharki	1	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							ser biały	7	80g
							Rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa koperkowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Serek ziarnisty	7	150g	sałatka z kapusty pekińskiej z warzywami		100g
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				Pomidor b/s		80g	ser biały	7	80g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1965; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 236;			ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 59; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 310;			ENERGIA: 2134; BIAŁKO: 90; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 256;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-08	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Rosół z chudym mięsem drobiowym + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4,9	80g
				kielbasa szynkowa		80g	kielbasa szynkowa		60g
				pomidor p/s		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb żytni	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy	7	150g	Banan		1szt.	Banan		1 szt.
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole z mięsem drobiowym	9	500ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml
				Schab w sosie majerankowym	1	120g/150 ml	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				brokuł		150g	surówka z białej kapusty i marchewki		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt owocowy	7	100g	jogurt owocowy	7	100g	Musli gruszka	1	30g
							jogurt naturalny	7	100ml
KOLACJA	Zupa z dyni z kaszą manną + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				połędwica miodowa		60g	połędwica miodowa		60g
				serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
				tomat b/s		100g	rzodkiewka		100g
ENERGIA: 2054; BIAŁKO: 112; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 246;			ENERGIA: 1982; BIAŁKO: 69; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 302;			ENERGIA: 2187; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 251;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-09	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa z cukini + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml
				serek śmietankowy	7	80g	ser żółty salami	7	40g
				szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g
				pomidor b/s		100g	ogórek zielony		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Kisiel owocowy	7	150g	Jabłko pieczone		1szt.	Pomarańcza		1/2 szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z jajkiem na śmietanie i mięsem wieprzowym	3,7,9	500ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Kapuśniak z kiszanej kapusty z ziemniakami	9	400ml
				Makaron penne ze szpinakiem	1,7	300g	Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem	1,7	300g
				marchewka julienne		150g	surówka Coleslaw		75g
							marchewka julienne		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
KOLACJA	Zupa szczawiowa+ żółtko + mięso gotowane z indyka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta drobiowa	9	80g	pasta jajeczna	3,7	80g
							szynka drobiowa		60g
				brokuł		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2019; BIAŁKO: 111; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 2032; BIAŁKO: 60; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 2199; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 264;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-10	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa krem z białych warzyw+ masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
				twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z suszonymi pomidorami	7	80g
				szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g
				sałata z jogurtem	7	100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa krem z kalafiora z kaszą manną na śmietanie z mięsem gotowanym z szynki wieprzowej	1,7,9	500ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa krem z kalafiora z grzankami pełnoziarnistymi	1,7,9	400ml
				Filet z piersi kurczaka parowany		120g	Filet z piersi kurczaka parowany		120g
				ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g
				cukinia na parze		150g	surówka wiosenna z sosem winegret	10	75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	cukinia na parze		75g
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	200ml	budyń śmietankowy	7	200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
KOLACJA	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g
				serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
				marchewka julienne		100g	ogórek		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1989; BIAŁKO: 119; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 229;			ENERGIA: 1974; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 321;			ENERGIA: 2113; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 70; WĘGLOWODANY: 264;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

01.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na napoju roślinnym		300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	Pasta warzywna	9	80g
	Pasta warzywna	9	80g	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
	Pomidor b/s		100g	Pomidor b/s		100g	Pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml	Zupa jarzynowa z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	400ml
	Filet w ziołach na parze		120g	Filet w ziołach na parze		120g	Kotlet warzywny	1,3	120g
	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	biszkopty	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	kielbasa krakowska, drobiowa		60g	miód		40g
	miód		40g	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

02.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna		80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem	9	400ml
	Makaron z polewą owocową	1	300g	Makaron bezglutenowy z serem	7	300g	Mararon z serem	1,7	300g
				polewa jogurtowo - owocowa		100ml	polewa jogurtowo - owocowa		100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta z białek jaj i szynki	3	50g	pasta z białek jaj i szynki	3,7	50g	pasta z białek jaj i jogurtu	3,7	50g
	pasta warzywna	9	80g	serek ziołowy	7	80g	serek ziołowy	7	80g
	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g	bukiet warzyw (marchew , kalafior, brokuł) na parze		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

03.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek grani	7	150g	serek grani	7	150g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	400ml
	Bitka schabowa w sosie własnym		120g/150ml	Bitka schabowa w sosie własnym		120g/150ml	Kotlet warzywny		120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	szpinak		100g	szpinak		100g	szpinak		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	kisiel		200ml	jogurt naturalny	7	100g	jogurt naturalny	7	100g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	dżem		40g	ser biały	7	80g	ser biały	7	80g
	połudwica sopocka		60g	połudwica sopocka		60g	dżem		40g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-04	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na napoju roślinnym		300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml
	parówki drobiowe		120g	parówki drobiowe		120g	pasta warzywna		80g
	ketchup		10g	ketchup		10g	ser biały	7	80g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1 szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1 szt.	Jabłko pieczone		1 szt.	Jabłko pieczone		1 szt.
OBIAD	Zupa z cukini z makaronem	1,9	400ml	Zupa z cukini z makaronem bezglutenowym	9	400ml	Zupa z cukini z makaronem	1,9	400ml
	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3	120g/150ml	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	3,7	120g/150ml	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	120g/150ml
	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g	ziemniaki		200g
	marchewka julienne z oliwą		100g	marchewka julienne z oliwą		100g	marchewka julienne z oliwą		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Budyń na napoju roślinnym		200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml	Budyń śmietankowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	Serek grani	7	150g
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	sałata z oliwą		100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g	Salata z jogurtem naturalnym	7	100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-05	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na napoju roślinnym		300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	Miód		40g
	Miód		40g	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka wrocławska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml	Zupa koperkowa z ziemniakami	7,9	400ml
	Potrawka z kurczaka	1	150g	Potrawka z kurczaka	7	150g	Potawka warzywna	1,7	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z buraczków i z jabłka		100g	surówka z buraczków i z jabłka		100g	surówka z buraczków i z jabłka		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml	Kisiel owocowy		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałatka jarzynowa z białkiem jajka i oliwą	3,9	80g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	sałata		100g	sałata		100g	sałata		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-06	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza jaglana na mleku	7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g	ser biały w kostce	7	80g	ser biały w kostce	7	80g
	Kielbasa drobiowa		60g	Kielbasa drobiowa		60g	Pasta z warzyw korzeniowych	9	80g
	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
	II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan	
OBIAD	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	400ml
	Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk na parze	4	120g	Sos jarzynowy	9	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSILEK NOCNY	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g	wafle ryżowe		30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	parówki drobiowe na ciepło		120g	parówki drobiowe na ciepło		120g	serek wiejski		150g
	ketchup		10g	ketchup		10g	dżem		40g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-07	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza manna na napoju roślinnym	1	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml
	Pasta mięsna	9	80g	Pasta mięsna	9	80g	Ser biały plastry	7	80g
	Miód		40g	Miód		40g	Miód		40g
	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana z koperkiem	9	400ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem	9	400ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem	9	400ml
	Ryż z jabłkiem parowanym		300g	Ryż z jabłkiem parowanym	7	300g	Ryż z jabłkiem parowanym	7	300g
	polewa owocowa		100ml	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100ml	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100ml
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	30g	Wafle ryżowe		30g	sucharki	1	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta dyniowa		80g	Serek ziarnisty	7	150g	Serek ziarnisty	7	150g
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g	pasta dyniowa		80g
	Pomidor b/s		80g	Pomidor b/s		80g	Pomidor b/s		80g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-08	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na napoju roślinnym		300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
	pasta z tuńczyka	4,9	80g	pasta z tuńczyka	4,9	80g	serek wiejski	7	150g
	kielbasa szynkowa		80g	kielbasa szynkowa		80g	dżem		40g
	pomidor p/s		100g	pomidor p/s		100g	pomidor p/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	400ml
	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml	Schab w sosie majerankowym		120g/150ml	Schab w sosie majerankowym	1	120g/150ml
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	kisiel		200ml	jogurt owocowy	7	100g	jogurt owocowy	7	100g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	polędwica miodowa		60g	polędwica miodowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek typu grani	7	150g	serek typu grani	7	150g
	sałata z oliwą		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-09	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na napoju roślinnym		300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka sznurowana		60g	szynka sznurowana		60g	pasta warzywna	9	80g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml	Barszcz czerwony z białkiem jajka i ziemniakami	3,9	400ml
	Makaron penne ze szpinakiem	1	300g	Makaron bezglutenowy ze szpinakiem	7	300g	Makaron penne ze szpinakiem	1,7	300g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Wafle ryżowe		30g	Wafle ryżowe		30g	herbatniki	1,3,7	30g
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta z białek jaj i szynki	3	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	7	80g
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	serek wiejski	7	150g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-10	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Makaron bezglutenowy na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	miód		40g	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g
	szynka pieczona		60g	szynka pieczona		60g	miód		40g
	sałata z oliwą		100g	sałata z jogurtem	7	100g	sałata z jogurtem	7	100g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	9	400ml
	Filet z piersi kurczaka parowany		120g	Filet z piersi kurczaka parowany		120g	Kotlet warzywny	1,3,9	120g
	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g	ziemniaki z wody		200g
	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy na napoju roślinnym		200ml	budyń śmietankowy	7	200ml	budyń śmietankowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g	pasta warzywna z białkiem jaj	3,9	80g
	pasta warzywna z białkiem jaj	3,9	80g	serek fromage	7	80g	serek fromage	7	80g
	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-01	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza jaglana na mleku	7	200ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	Kasza jaglana na mleku	7	250ml	70
	szynka drobiowa		20g	szynka drobiowa		40g	szynka drobiowa		40g	
	Ser żółty	7	20g	Ser żółty	7	30g	Ser żółty	7	30g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Mandarynka		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	10
OBIAD	Zupa zacierkowa	1,3,9	250ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	350ml	Zupa zacierkowa	1,3,9	350ml	83
	Kotlet w ziołach	1,3	30g	Kotlet w ziołach	1,3	90g	Kotlet w ziołach	1,3	90g	
	ziemniaki puree	7	100g	ziemniaki puree	7	180g	ziemniaki puree	7	180g	
	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		80g	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		100g	surówka z czerwonej kapusty i jabłka		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	trio na parze (marchew, kalafior, brokuł)		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	100ml	biszkopty	1,3,7	200ml	jogurt naturalny	7	150ml	
							musli	1	20g	
							mandarynka		5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	20g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	60g	pasta z soczewicy i suszonych pomidorów	9	60g	
	twarożek z koperkiem	7	20g	twarożek z koperkiem	7	60g	twarożek z koperkiem	7	60g	
	ogórek zielony		40g	ogórek zielony		100g	ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 997; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 137;			ENERGIA: 2204; BIAŁKO: 82; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 303;			ENERGIA: 2211; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 248;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-02	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	200ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	66
	serek śmietankowy	7	20g	serek śmietankowy	7	60g	serek śmietankowy	7	60g	
	dżem		20g	dżem		30g	szynka wiejska		60g	
	marchewka julienne		40g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Gruszka		1/2szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	14
OBIAD	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	250ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	83
	Mararon z serem	1,7	220g	Mararon z serem	1,7	280g	Makaron pełnoziarnisty i serem	1,7	280g	
	polewa jogurtowo - owocowa		60ml	polewa jogurtowo - owocowa		100ml	polewa jogurtowo - owocowa		100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	24
						Masło	7	5g		
						szynka konserwowa		40g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	61
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	jajko	3	20g	jajko	3	60g	jajko	3	60g	
	serek ziołowy	7	20g	serek ziołowy	7	60g	serek ziołowy	7	60g	
	Ogórek zielony		40g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 984; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 128;			ENERGIA: 2160; BIAŁKO: 81; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 318;			ENERGIA: 2152; BIAŁKO: 102; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 262;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-03	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	67
	szynka krucha		20g	szynka krucha		40g	szynka krucha		40g	
	serek grani	7	20g	serek grani	7	100g	Serek wiejski	7	100g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Pomarańcza		1/4szt.	Pomarańcza		1/2szt.	Pomarańcza		1/2szt.	10
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	250ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	350ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	7,9	350ml	103
	Bitka w sosie własnym		30g/60ml	Bitka w sosie własnym		90g/100ml	Bitka w sosie własnym		90g/100ml	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z ogórka kiszzonego i marchewki		80g	surówka z ogórka kiszzonego i marchewki		100g	surówka z ogórka kiszzonego i marchewki		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	szpinak		75g	
POSIŁEK NOCNY	jogurt naturalny	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml	Chleb żytni	1	20g	18
							Masło	7	5g	
							pasta jajeczna	3,7	60g	
							rzodkiewka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	ser biały	7	20g	ser biały	7	60g	ser biały	7	60g	
	połędwica sopocka		20g	połędwica sopocka		60g	połędwica sopocka		60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 997; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 39; WĘGLOWODANY: 130;			ENERGIA: 2209; BIAŁKO: 82; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 304;			ENERGIA: 2216; BIAŁKO: 110; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 249;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-04	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	200ml	Ryż na mleku	7	250ml	Ryż na mleku	7	250ml	72
	parówki drobiowe		40g	parówki drobiowe		70g	parówki drobiowe		70g	
	ketchup		10g	ketchup		10g	ketchup		10g	
	ogórek konserwowy		40g	ogórek konserwowy		100g	ogórek konserwowy		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka wrocławska	1	60g	Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	6
OBIAD	Krem z papryki z groszkiem ptysiowym	1,9	250ml	Krem z papryki z groszkiem ptysiowym	1,9	350ml	Krem z papryki z groszkiem ptysiowym	9	350ml	102
	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	30g/60 ml	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	90g/100 ml	Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym	1,3,7	90g/100 ml	
	ziemniaki		100g	ziemniaki		180g	ziemniaki		180g	
	marchewka julienne z oliwą		80g	marchewka julienne z oliwą		100g	marchewka julienne z oliwą		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	ogórek konserwowy		75g	
POSIŁEK NOCNY	Budyń śmietankowy	7	80g	Budyń śmietankowy	7	100g	Chleb żytni	1	20g	22
							Masło	7	5g	
							serek wiejski	7	100g	
							pomidor		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	43
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	serek ziołowy	7	20g	serek ziołowy	7	60g	serek ziołowy	7	60g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1003; BIAŁKO: 25; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 128;			ENERGIA: 2192; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 312;			ENERGIA: 2184; BIAŁKO: 109; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 245;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-05	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki gryczane na mleku	7	200ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	78
	Wędlina drobiowa		20g	Wędlina drobiowa		40g	Wędlina drobiowa		40g	
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	ogórek kiszony		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka wrocławska	1	60g	Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g	
Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1/2szt.	Mandarynki		1szt.	Mandarynki		1szt.	6
OBIAD	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	250ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	Zupa fasolowa z ziemniakami i koperkiem	9	350ml	90
	Potrawka z kurczaka	1,7	100g	Potrawka z kurczaka	1,7	120g	Potrawka z kurczaka	1,7	120g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		180g	
	surówka z buraczków i z jabłka		80g	surówka z buraczków i z jabłka		100g	surówka z buraczków i z jabłka		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	colesław	7	75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	Kisiel owocowy		100ml	Kisiel owocowy		150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	16
						Masło	7	5g		
						serek fromage	7	60g		
						ogórek zielony		100g		
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	40g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	100g	sałatka jarzynowa z majonezem	3,7,9	100g	
				kabanosy		20g	kabanosy		20g	
	papryka		40g	ogórek świeży		100g	ogórek świeży		100g	
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 970; BIAŁKO: 16; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 128;			ENERGIA: 2157; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 313;			ENERGIA: 2163; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 85; WĘGLOWODANY: 241;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-06	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	200ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	70
	ser biały w kostce	7	20g	ser biały w kostce	7	60g	ser biały w kostce	7	60g	
	Kielbasa drobiowa		20g	Kielbasa drobiowa		40g	Kielbasa drobiowa		40g	
	Papryka		40g	Papryka		100g	Papryka		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	24
OBIAD	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	250ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	350ml	Zupa dyniowa z kaszą jaglaną	9	350ml	72
	Morszczuk po grecku	1,3,4	90g	Morszczuk po grecku	1,3,4	120g	Morszczuk po grecku	1,3,4	120g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	fasolka szparagowa na parze		80g	fasolka szparagowa na parze		100g	fasolka szparagowa na parze		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z kiszanej kapusty Kompot wielowocowy b/c		75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	wafle ryżowe		1szt.	wafle ryżowe		2szt.	Chleb graham	1	20g	25
							Masło	7	5g	
KOLACJA							jogurt naturalny		100ml	60
							Gruszka		1szt.	
	Chleb pszenny	1	60g	Chleb pszenny	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	parówki drobiowe na ciepło	7	40g	parówki drobiowe na ciepło		70g	parówki drobiowe na ciepło		70g	
	ketchup		10g	ketchup		10g	ketchup		10g	
	marchewka julienne		40g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
ENERGIA: 962; BIAŁKO: 31; TŁUSZCZ: 37; WĘGLOWODANY: 125;			ENERGIA: 2125; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 2113; BIAŁKO: 95; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 251;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-07	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku	1,7	200ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	67
	Pasta mięsna	9	20g	Pasta mięsna	9	60g	Pasta mięsna	9	60g	
	Miód		20g	Miód		30g	hummus		30g	
	sałata masłowa		40g	sałata masłowa		30g	sałata masłowa		30g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka paryska	1	60g	Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	gruszka		1/4szt.	gruszka		1/2szt.	gruszka		1/2szt.	12
OBIAD	Krem z ciecierzycy z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	250ml	Krem z ciecierzycy z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	350ml	Krem z ciecierzycy z ziemniakami i koperkiem	1,7,9	350ml	80
	Ryż z jabłkiem	7	220g	Ryż z jabłkiem	7	280g	Ryż brązowy z jabłkiem	7	280g	
	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	60ml	polewa jogurtowo - cynamonowa	7	100ml	polewa jogurtowo - cynamonowa		100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	15g	sucharki	1	30g	Chleb żytni	1	20g	47
							Masło	7	5	
							ser biały	7	60g	
							Rzodkiewka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	60
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	twarożek	7	20g	twarożek	7	60g	twarożek	7	60g	
	szynka gotowana		20g	szynka gotowana		40g	szynka gotowana		40g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 967; BIAŁKO: 21; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 125;			ENERGIA: 2142; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 321;			ENERGIA: 2146; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 266;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-08	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	71
	pasta z tuńczyka	4,9	20g	pasta z tuńczyka	4,9	60g	pasta z tuńczyka	4,9	60g	
	kielbasa szynkowa		20g	kielbasa szynkowa		40g	kielbasa szynkowa		40g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb żytni	1	60g	Chleb żytni	1	90g	Chleb żytni	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	10
OBIAD	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	250ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	350ml	Zupa ryżowa na rosole z natką pietruszki	9	350ml	94
	Schab w sosie majerankowym	1	100g	Schab w sosie majerankowym	1	120g	Schab w sosie majerankowym	1	120g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka z białej kapusty i marchewki		80g	surówka z białej kapusty i marchewki		100g	surówka z białej kapusty i marchewki		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	jogurt owocowy	7	100ml	jogurt owocowy	7	100ml	Musli	1	20g	20
							gruszka		1szt.	
							jogurt naturalny	7	100ml	
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	60
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	polędwica miodowa		20g	polędwica miodowa		40g	polędwica miodowa		40g	
	serek typu grani	7	20g	serek typu grani	7	100g	serek typu grani	7	100g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 993; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 39; WĘGLOWODANY: 129;			ENERGIA: 2182; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 327;			ENERGIA: 2167; BIAŁKO: 102; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 255;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-09	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	200ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	70
	ser żółty salami	7	20g	ser żółty salami	7	30g	ser żółty salami	7	30g	
	szynka sznurowana		20g	szynka sznurowana		40g	szynka sznurowana		40g	
	ogórek zielony		40g	ogórek zielony		100g	ogórek zielony		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Bułka wrocławska	1	60g	Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Pomarańcza		1/4szt.	Pomarańcza		1/2 szt.	Pomarańcza		1/2 szt.	16
OBIAD	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	250ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	350ml	Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami	9	350ml	92
	Makaron penne ze szpinakiem i serem	1,7	220g	Makaron penne ze szpinakiem i serem	1,7	280g	Makaron penne ze szpinakiem i serem	1,7	280g	
	surówka Colesław		40g	surówka Colesław		100g	surówka Colesław		75g	
							marchewka julienne		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	20
						Masło	7	5g		
							hummus		60g	
							ogórek kiszony		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	57
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	60g	pasta jajeczna	3,7	60g	
	szynka drobiowa		20g	szynka drobiowa		40g	szynka drobiowa		40g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 999; BIAŁKO: 19; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 135;			ENERGIA: 2217; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 327;			ENERGIA: 2220; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 255;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-10	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)			
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	200ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	80
	twaróg z suszonymi pomidorami	7	20g	twaróg z suszonymi pomidorami	7	60g	twaróg z suszonymi pomidorami	7	60g	
	szynka pieczona		20g	szynka pieczona		40g	szynka pieczona		40g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		100g	
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	Chleb pszenno-żytni	1	60g	Chleb pszenno-żytni	1	90g	Chleb razowy	1	90g	
	Herbata		150g	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Banan		1/2szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.	5
OBIAD	Zupa krem z kalafiora z grzankami	1,7,9	250ml	Zupa krem z kalafiora z grzankami	1,7,9	350ml	Zupa krem z kalafiora z grzankami pełnoziarnistymi	1,7,9	350ml	91
	Filet z piersi kurczaka parowany		30g	Filet z piersi kurczaka parowany		90g	Filet z piersi kurczaka parowany		90g	
	ziemniaki z wody		100g	ziemniaki z wody		180g	ziemniaki z wody		180g	
	surówka wiosenna z sosem winegret	10	80g	surówka wiosenna z sosem winegret	10	100g	surówka wiosenna z sosem winegret	10	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	cukinia na parze		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	budyń śmietankowy	7	100ml	budyń śmietankowy	7	150ml	Chleb żytni	1	20g	24
							Masło	7	150ml	
							pasta jajeczna	3,7	80g	
							rzodkiewka		5g	
KOLACJA	Chleb razowy	1	60g	Chleb razowy	1	90g	Chleb razowy	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	pasta rybna	4	20g	pasta rybna	4	60g	pasta rybna	4	60g	
	serek fromage	7	20g	serek fromage	7	60g	serek fromage	7	60g	
	ogórek		40g	ogórek		100g	ogórek		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 956; BIAŁKO: 14; TŁUSZCZ: 39; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2217; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 64; WĘGLOWODANY: 327;			ENERGIA: 2112; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 251;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy