

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

11.03.2026	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku + miód + masło	7	500ml
	jajko gotowane	3	50g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	ser biały		150g
	dżem		40g	dżem		40g			
	pomidor		100g	Pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
				* jogurt naturalny	7	100g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
	Gulasz wieprzowy	1	150g	Gulasz wieprzowy	1	150g	Gulasz wieprzowy	1	150g
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	ogórek kiszony		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 ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g			
	twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g			
				* pasta z białka jaj i jogurtu	3,7	80g			
	sałata		30g	sałata		30g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2184; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 344;			ENERGIA: 1982; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 312;			ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 285;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-12	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄKOWATA		
CZWARTEK	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 jęczmienne na mleku + miód + masło	1,7	500ml
	serek do smarowania	7	80g	serek do smarowania	7	80g	Serek grani	7	150g
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g			
	papryka		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* kielbasa żywiecka Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mandarynki		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Zupa z zielonego groszku z kaszą kuskus	1,9	400ml	Zupa z zielonych warzyw z kaszą kuskus	1,9	400ml	Zupa z zielonych warzyw z kaszą kuskus	1,9	400ml
	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	120g/150ml	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	120g/150ml
	puree ziemniaczane	7	200g	puree ziemniaczane	7	200g	puree ziemniaczane	7	200g
	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	100g	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g
	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 kalafiorowa + mięso gotowane z indyka + żółtko	3,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	jajko gotowane	3	50g	pasta z białek jaj i szynki	3	80g			
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
	Ogórek zielony		100g	kalafior		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny Herbata	7	100g 250ml			
ENERGIA: 2067; BIAŁKO: 72; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 305;			ENERGIA: 1965; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 290;			ENERGIA: 1968; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 285;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-13	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA			
	PIĄTEK	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	
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	serek śmietankowy	7	150g	
	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g				
	papryka		100g	cukinia na parze		100g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g				
	Herbata		250ml	* pasta z białek jaj i jogurtu	3,7	80g	Herbata		250ml	
Herbata		250ml	Herbata		250ml					
II ŚNIADANIE	Jabłko		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.				
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml	
	Dorsz parowany	4	120g	Dorsz parowany	4	120g	Dorsz parowany	4	120g	
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	
	marchewka w kostce na gęsto	1,7	100g	marchewka w kostce na gęsto	1,7	100g	marchewka w kostce na gęsto	1,7	100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		200ml	Kisiel		200ml				
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g				
	Masło	7	20g	Masło	7	20g				
	sałatka z gotowanym kurczakiem, kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem	3	120g	sałatka z gotowanego kurczaka sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	
	wędlina wieprzowa		30g	wędlina wieprzowa		30g				
	Herbata		250ml	* twarożek	7	80g	Herbata		250ml	
Herbata		250ml	Herbata		250ml					

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

	ENERGIA: 2108; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 305;	ENERGIA: 1956; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 63; WĘGLOWODANY: 283;	ENERGIA: 1952; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 268;
--	--	--	---

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-14	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
SOBOTA	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 (20g)	1,7	500ml
	jajecznica na parze	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* serek grani	7	150g	Herbata		250ml
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	Gruszka		1szt.	Banan		1 szt.			
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią, papryką	9	150g	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią	9	150g	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią	9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	100g	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.
	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 dyniowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	ser żółty	7	40g	ser biały	7	80g			
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g			
	ogórek kiszony		100g	sałata		30g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	150g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2219; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 322;			ENERGIA: 2013; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 292;			ENERGIA: 2016; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 282;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-15	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane + miód + masło	7	500ml
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	serek fromage	7	150g
	hummus		80g	serek fromage	7	80g			
	ogórek zielony		100g	pomidor b/s		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka wrocławska	1	90g			
	Herbata		250ml	* pasta rybna z jogurtem	4,7	100g	Herbata		250ml
Herbata			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	pomarańcz		1/2szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa pieczarkowa z makaronem	1,9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem	1,9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem	1,9	400ml
	Kotlet mielony, parowany	1,3	120g	Kotlet mielony parowany	1,3	120g	Kotlet mielony parowany	1,3	120g
	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew) z oliwą z oliwek		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIEŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa krem z pomarańczowych warzyw z kaszą kuskus+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	sałatka jarzynowa	3,9	120g	sałatka jarzynowa z białkiem jajka z jogurtem naturalnym	3,7,9	120g			
	szynka krucha		60g	szynka krucha		60g			
	pomidor		100g	sałata		100g			
	Herbata		250ml	* ser biały w plastrach	7	80g			
	Herbata			Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2148; BIAŁKO: 75; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 311;			ENERGIA: 1949; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 283;			ENERGIA: 1976; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 306;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-16	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA			
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	500ml
		serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g
		szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g			
		Papryka		100g	brokuł		100g			
		Masło	7	20g	Masło	7	20g			
		Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g			
					* jogurt naturalny	7	100g			
		Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.				
OBIAD	Żurek z ziemniakami i z jajkiem	1,3,9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	
	Sos boloński		150g	Sos ziołowy z mięsem drobiowym	1,7	150g	Sos ziołowy z mięsem drobiowym	1,7	150g	
	Makaron penne	1	200g	Makaron penne	1	200g	Makaron penne	1	200g	
	surówka z ogórka kiszzonego		100g	marchewka julienne		100g	marchewka julienne		100g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	30g	sucharki	1	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				
	ogórek zielony		100g	pomidor b/s		100g				
				* pasta z białek jaj i sera białego	3,7	40g				
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
ENERGIA: 2244; BIAŁKO: 84; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 336;			ENERGIA: 1973; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 296;			ENERGIA: 1976; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 306;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-17	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
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	9	150g
	dżem		40g	dżem		40g			
	rzodkiewka		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka paryska	1	90g	Bułka paryska	1	90g			
	Herbata		250ml	*ser biały Herbata	7	80g 250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	gruszka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml
	Rolada ze schabu z serem	1,3,7	150g	Rolada schabowa, parowana	1,3	150g	Rolada schabowa, parowana	1,3	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	marchewka z groszkiem	1,7	100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	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	60g	Bułka weka	1	90g	Zupa koperkowa+ żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	serek ziarnisty	7	150g	Serek ziarnisty	7	150g			
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny Herbata	7	100ml 250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2182; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 1995; BIAŁKO: 59; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 289;			ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 284;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-18	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
ŚRODA	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 i jogurtu	4,7	80g	pasta z tuńczyka	4,7	80g	pasta z tuńczyka	4,7	150g
	kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		60g			
	ogórek kiszony		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Chleb żytni	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* ser biały	7	80g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Krem z pomidorów z czerwoną soczewicą	9	400ml	Zupa krem z pomidorów	9	400ml	Zupa krem z pomidorów	9	400ml
	Pierogi leniwe	1,3,7	300g	Pierogi leniwe	1,3,7	300g	Pierogi leniwe	1,3,7	300g
	polewa owocowo - jogurtowa	7	100g	polewa owocowo - jogurtowa	7	100g	polewa owocowo - jogurtowa	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	150g	budyń waniliowy	7	200ml			
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	połudwica miodowa	4	60g	połudwica miodowa	4	60g			
	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g			
	rzodkiewka		100g	brokuł		100g			
	Herbata		250ml	*wędlina drobiowa		60g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
	ENERGIA: 2249; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 315;			ENERGIA: 2032; BIAŁKO: 71; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 284;			ENERGIA: 2035; BIAŁKO: 76; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 280;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-19	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PĄPKOWATA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Ryż na mleku	7	300ml	Ryż na mleku	7	300ml	Płatki ryżowe na mleku + miód + masło	7	500ml
	ser żółty	7	40g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	150g
	szynka wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		60g			
	ogórek zielony		100g	marchewka julienne		100g			
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	Bułka wrocławska	1	90g	Bułka weka	1	90g			
	Herbata		250ml	* szynka konserwowa		60g	Herbata		250ml
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
II ŚNIADANIE	mandarynka		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.			
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml
	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1,9	150g	Indyk w sosie tymiankowym	1,9	150g	Indyk w sosie tymiankowym	1,9	150g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z białej kapusty i marchewki		100g	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIEŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	30g	biszkopty	1,3,7	30g			
KOLACJA	Chleb graham	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa szpinakowa z kaszą kukurydzianą+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g			
	pasztet	1,3	60g	pasta mięsna	9	60g			
	pomidor		100g	pomidor b/s		100g			
	Herbata		250ml	* jogurt naturalny	7	150g			
Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
ENERGIA: 2146; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 57; WĘGLOWODANY: 343;			ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 313;			ENERGIA: 1954; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 298;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-20	DIETA PODSTAWOWA			DIETA LEKKOSTRAWNA + *WYSOKOBIAŁKOWA			DIETA PAKOWATA		
PIĄTEK	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
	pasta jajeczna	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	połudwica sopocka		60g	połudwica sopocka		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	* ser wiejski	7	150g	Herbata		250ml
			Herbata		250ml				
II ŚNIADANIE	jabłko		1szt.	Banan		1szt.			
OBIAD	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml
	Morszczuk po grecku	1,3,4	120g/ 150ml	Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk na parze	4	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		100g	kalafior na parze		100g	kalafior na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml			
KOLACJA	Chleb razowy	1	90g	Bułka weka	1	90g	Zupa grysikowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	1,3,7,9	500ml
	Masło	7	20g	Masło	7	20g			
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g			
	miód		40g	miód		40g			
	ogórek		100g	marchewka juelienne		100g			
				* sałatka z mięsem gotowanym, jogurtem i sałatą	7	120g			
	Herbata		250ml	Herbata		250ml			
	ENERGIA: 2149; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 322;			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

11.03.2026	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą na bulionie warzywnym + masło (20g)	7,9	500ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml
				pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	jajko gotowane	3	50g
				dżem		40g	pasta z soczewicy		80g
				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	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Gruszka		1szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami na śmietanie z gotowanym mięsem z kurczaka	7,9	500ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
				Gulasz wieprzowy	1	150g	Gulasz wieprzowy	1	150g
				kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
				marchewka julienne		150g	ogórek kiszony		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		200ml	herbatniki	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	100g
							Bułka grahamka	1	60g
							banan		1szt.
							Masło	7	5g
KOLACJA	Zupa ziemniaczana + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				szynka wiejska		60g	szynka wiejska		60g
				twarożek z koperkiem	7	80g	twarożek z koperkiem	7	80g
				sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1977; BIAŁKO: 79; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 252;			ENERGIA: 1984; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2178; BIAŁKO: 98; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 272;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-12	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa ryżowa + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
				serek do smarowania	7	80g	serek do smarowania	7	80g
				wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa	9	60g
				pomidor b/s		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Mus bananowy		200ml	Banan		1szt.	Mandarynki		1szt.
OBİAD	Zupa z zielonych warzyw z kaszą kuskus, mięsem drobiowym i śmietaną	1,7,9	500ml	Zupa z zielonych warzyw z kaszą kuskus	1,9	400ml	Zupa z zielonego groszku z kaszą kuskus	1,9	400ml
				Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	120g/150 ml	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	120g/150 ml
				puree ziemniaczane	7	200g	ziemniaki		200g
				cukinia na parze		150g	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	75g
							cukinia na parze		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSİLEK NOCNY	budyń	7	200ml	Galaretką owocowa		200ml	chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							kielbasa żywiecka		60g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa kalafiorowa + mięso gotowane z indyka + żółtko	3,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				pasta z białek jaj i szynki	3	80g	jajko gotowane	3	50g
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				kalafior		100g	Ogórek zielony		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
ENERGIA: 1971; BIAŁKO: 93; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 251;			ENERGIA: 1956; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 54; WĘGLOWODANY: 298;			ENERGIA: 2070; BIAŁKO: 98; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 253;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-13	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
	PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2
ŚNIADANIE	Zupa koperkowa z ryżem + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki ryżowe na mleku	7	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml
				szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g
				serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	150g
				cukinia na parze		100g	papryka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko		1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem i mięsem wieprzowym na śmietanie	7,9	500ml	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym	9	400ml
				Dorsz parowany	4	120g	Dorsz parowany	4	120g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				marchewka w kostce na gęsto	1,7	150g	surówka z marchewki		75g
							surówka z białej kapusty		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		200ml	Kisiel		200ml	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5g
							jajko gotowane	3	50g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa jarzynowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				sałatka z gotowanego kurczaka sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	sałatka z gotowanym kurczakiem, kapusty pekińskiej, kukurydzy i świeżych warzyw z majonezem	3	120g
				wędlina wieprzowa		30g	wędlina wieprzowa		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

	ENERGIA: 1955; BIAŁKO: 117; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 205;	ENERGIA: 1958; BIAŁKO: 63; TŁUSZCZ: 52; WĘGLOWODANY: 308;	ENERGIA: 2100; BIAŁKO: 94; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 252;
--	---	--	---

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-14	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krupnik jęczmienny + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
				pasta z białek jaj i szynki	3	120g	jajecznica na parze	3	120g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
			Bułka wrocławska	1	90g	Chleb pełnoziarnisty	1	90g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus bananowy		200ml	Banan		1 szt.	Gruszka		1szt.
OBİAD	Zupa kalafiorowa na śmietanie z ziemniakami i mięsem z indyka	7,9	500ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
				Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią	9	150g	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią, papryką	9	150g
				ryż biały		200g	ryż brązowy		150g
				jabłko pieczone		1 szt.	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	150g
	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
							Masło	7	5g
							serek grani	7	150g
							papryka		100g
KOLACJA	Zupa dyniowa + żółtko+ mięso gotowane z kurczaka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				ser biały	7	80g	ser żółty	7	40g
				wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g
				sałata		30g	ogórek kiszony		100g
					Herbata		250ml	Herbata	
	ENERGIA: 2019; BIAŁKO: 121; TŁUSZCZ: 67; WĘGLOWODANY: 232;			ENERGIA: 2009; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 51; WĘGLOWODANY: 316;			ENERGIA: 2225; BIAŁKO: 105; TŁUSZCZ: 81; WĘGLOWODANY: 267;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-15	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
NIEDZIELA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa szczawiowa z ziemniakami + masło (20g)	7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
				serek fromage	7	80g	hummus		80g
				pomidor b/s		100g	ogórek zielony		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka wrocławska	1	90g	Chleb razowy	1	90g
				* pasta rybna z jogurtem					
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	mus owocowy		200ml	Jabłko pieczone		1szt.	pomarańcz		1/2szt.
OBIAD	Zupa koperkowa na śmietanie z mięsem drobiowym i makaronem	1,7,9	500ml	Zupa koperkowa z makaronem	1,9	400ml	Zupa pieczarkowa z makaronem	1,9	400ml
				Kotlet mielony parowany	1,3	120g	Kotlet mielony, parowany	1,3	120g
				ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
				trio na parze (kalefior, brokuł, marchew)		150g	trio na parze (kalefior, brokuł, marchew) z oliwą z oliwek		75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z ogórka kiszzonego		75g
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	Chleb z ziarnami	1	30g
							Masło	7	5g
							serek fromage	7	80g
							rzodkiewka		100g
KOLACJA	Zupa krem z pomarańczowych 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	3,9	120g
				szynka krucha		60g	szynka krucha		60g
				sałata		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1944; BIAŁKO: 97; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 219;			ENERGIA: 1951; BIAŁKO: 68; TŁUSZCZ: 49; WĘGLOWODANY: 307;			ENERGIA: 2144; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 78; WĘGLOWODANY: 257;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-16	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PONIEDZIAŁEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa jarzynowa z kaszą kuskus + masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	300ml
				serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g
				szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g
				brokuł		100g	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	jogurt	7	100g	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa ziemniaczana natką pietruszki na śmietanie z gotowanym mięsem z kurczaka	7,9	500ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Żurek z ziemniakami i z jajkiem	1,3,9	400ml
				Sos ziołowy z mięsem drobiowym	1,7	150g	Sos boloński		150g
				Makaron penne	1	200g	Makaron pełnoziarnisty	1	200g
				marchewka julienne		150g	surówka z ogórka kiszzonego		150g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus bananowy		200ml	sucharki	1	30g	Chleb graham	1	30g
							Masło	7	5g
							jogurt	7	100g
							pomarańcza		1/2szt.
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
				tomat		100g	ketchup		10g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
							Herbata		250ml
	ENERGIA: 1979; BIAŁKO: 89; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 237;			ENERGIA: 1967; BIAŁKO: 73; TŁUSZCZ: 48; WĘGLOWODANY: 310;			ENERGIA: 2246; BIAŁKO: 112; TŁUSZCZ: 74; WĘGLOWODANY: 281;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-17	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
WTOREK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Krem z zielonych warzyw z kaszą manną+ masło (20g)	1,7,9	500ml	Kasza manna na mleku	1,7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
				wędlina wieprzowa	9	80g	Pasta mięsna	9	80g
				dżem		40g	hummus		80g
				marchewka julienne		100g	rzodkiewka		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka paryska	1	90g	Chleb graham	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	Jogurt naturalny	7	100g	Jabłko pieczone		1szt.	gruszka		1szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem i gotowanym mięsem wieprzowym na śmietanie.	7,9	500ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym	9	400ml
				Rolada schabowa, parowana	1,3	150g	Rolada ze schabu z serem	1,3,7	150g
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				surówka z sałaty i jogurtu	7	150g	marchewka z groszkiem	1,7	75g
				surówka z sałaty i jogurtu	7	75g	surówka z sałaty i jogurtu	7	75g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	Mus owocowy		200ml	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g
							Masło	7	5
							jajko gotowane	3	50g
							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	serek ziarnisty	7	80g
				szynka gotowana		60g	szynka gotowana		60g
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1991; BIAŁKO: 94; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 239;			ENERGIA: 1997; BIAŁKO: 59; TŁUSZCZ: 55; WĘGLOWODANY: 314;			ENERGIA: 2171; BIAŁKO: 92; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 260;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-18	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Rosół jarski + masło (20g)	1,7,9	500ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml
				pasta z tuńczyka	4,7	80g	pasta z tuńczyka i jogurtu	4,7	80g
				kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		60g
				marchewka julienne		100g	ogórek kiszony		100g
				Masło	7	20g	Masło	7	20g
				Bułka weka	1	90g	Chleb żytni	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
II ŚNIADANIE	kisiel owocowy		200g	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Krem z pomidorów na śmietanie i mięsem z indyka	7,9	500ml	Zupa krem z pomidorów	9	400ml	Krem z pomidorów z czerwoną soczewicą	9	400ml
				Pierogi leniwe	1,3,7	300g	Makaron pełnoziarnisty z serem	1,7	300g
				polewa owocowo-jogurtowa	7	100g	jogurt naturalny	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	200ml	budyń waniliowy	7	200ml	Musli	1	30g
							jogurt naturalny	7	100g
							jabłko		1szt.
KOLACJA	Zupa grysikowa + 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
				polędwica miodowa	4	60g	polędwica miodowa	4	60g
				serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
				brokuł		100g	rzodkiewka		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 2095; BIAŁKO: 115; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 251;			ENERGIA: 2023; BIAŁKO: 70; TŁUSZCZ: 56; WĘGLOWODANY: 308;			ENERGIA: 2258; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 87; WĘGLOWODANY: 259;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-19	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA			
	CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Zupa z kukini z ryżem + masło (20g)	7,9	500ml	Ryż na mleku	7	300ml	Płatki żytnie na mleku	1,7	300ml	
				serek śmietankowy	7	80g	ser żółty	7	40g	
				szynka wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		60g	
				marchewka julienne		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.	mandarynka		1szt.	
OBIAD	Zupa brokułowa na śmietanie z mięsem drobiowym	7,9	500ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml	
				Indyk w sosie tymiankowym	1,9	150g	Indyk w sosie słodko-kwaśnym	1,9	150g	
				ryż biały		200g	ryż brązowy		200g	
				surówka z buraków		150g	surówka z białej kapusty i marchewki		75g	
							surówka z buraków		75g	
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	30g	
							Masło	7	5g	
							pastą z białej fasoli		80g	
							ogórek kiszony		100g	
KOLACJA	Zupa szpinakowa z kaszą kukurydzianą+ żółtko + mięso gotowane z indyka	3,7,9	500ml	Bułka weka	1	90g	Chleb graham	1	90g	
				Masło	7	20g	Masło	7	20g	
				twaróg z ziołami	7	80g	twaróg z ziołami	7	80g	
				pastą mięsna	9	60g	pastą mięsna	9	60g	
				pomidor b/s		100g	pomidor		100g	
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1953; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 69; WĘGLOWODANY: 225;			ENERGIA: 1966; BIAŁKO: 58; TŁUSZCZ: 65; WĘGLOWODANY: 285;			ENERGIA: 2133; BIAŁKO: 90; TŁUSZCZ: 82; WĘGLOWODANY: 256;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-20	DIETA PŁYNNA			DIETA WĄTROBKOWA / TRZUSTKOWA			DIETA CUKRZYCOWA		
PIĄTEK	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
				pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta jajeczna	3,7	80g
				połudwica sopocka		60g	połudwica sopocka		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.	jabłko		1szt.
OBIAD	Krupnik z kaszą jaglaną i z mięsem drobiowym	7,9	500ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml
				Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk po grecku	1,3,4	120g/ 150ml
				ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
				kalafior na parze		150g	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		75g
							kalafior na parze		75g
				Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml	płatki wielozbożowe	1	30g
							jogurt	7	100g
							gruszka		1szt.
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
				wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g
				miód		40g	hummus		80g
				marchewka juelienne		100g	ogórek		100g
				Herbata		250ml	Herbata		250ml
	ENERGIA: 1989; BIAŁKO: 119; TŁUSZCZ: 66; WĘGLOWODANY: 229;			ENERGIA: 1974; BIAŁKO: 74; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 321;			ENERGIA: 2152; BIAŁKO: 107; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 269;		

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

11.03.2026	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	Kasza kukurydziana na mleku	7	200ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	250ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	250ml	70
	jajko gotowane	3	20g	jajko gotowane	3	30g	jajko gotowane	3	30g	
	dżem		20g	dżem		30g	pasta z soczewicy		60g	
	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	Gruszka		1/2 szt.	Gruszka		1szt.	Gruszka		1szt.	17
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	350ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	350ml	78
	Gulasz wieprzowy	1	100g	Gulasz wieprzowy	1	120g	Gulasz wieprzowy	1	120g	
	kasza gryczana		100g	kasza gryczana		180g	kasza gryczana		180g	
	ogórek kiszony		80g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z marchewki Kompot wielowocowy b/c		75g 250ml	
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	jogurt naturalny	7	100ml	
							Bułka grahamka	1	20g	
							banan		1szt.	
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	40
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	szynka wiejska		20g	szynka wiejska		40g	szynka wiejska		40g	
	twarożek z koperkiem	7	20g	twarożek z koperkiem	7	60g	twarożek z koperkiem	7	60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 992; BIAŁKO: 24; TŁUSZCZ: 38; WĘGLOWODANY: 136;			ENERGIA: 2172; BIAŁKO: 65; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 342;			ENERGIA: 2177; BIAŁKO: 108; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 241;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-12	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 owsiane na mleku	1,7	200ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	250ml	80
	serek do smarowania	7	20g	serek do smarowania	7	80g	serek do smarowania	7	80g	
	wędlina wieprzowa		20g	wędlina wieprzowa		40g	wędlina wieprzowa	9	40	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		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	Mandarynki		1/2szt.	Mandarynki		1szt.	Mandarynki		1szt.	6
OBIAD	Zupa z zielonego groszku z kaszą kuskus	1,9	250ml	Zupa z zielonego groszku z kaszą kuskus	1,9	350ml	Zupa z zielonego groszku z kaszą kuskus	1,9	350ml	78
	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	30g/60 ml	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	90g/100 ml	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	1,3,7	90g/100 ml	
	puree ziemniaczane	7	100g	puree ziemniaczane	7	180g	ziemniaki		180g	
	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	80g	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	100g	surówka z czerwonej kapusty z majonezem	3	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	cukinia na parze		75g	
POSILEK NOCNY	Galaretka owocowa		100ml	Galaretka owocowa		150ml	chleb żytni	1	20g	36
							Masło	7	5g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	40
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	jajko gotowane	3	20g	jajko gotowane	3	50g	jajko gotowane	3	50g	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	60g	serek wiejski	7	60g	
	Ogórek zielony		40g	Ogórek zielony		100g	Ogórek zielony		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 978; BIAŁKO: 26; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 120;			ENERGIA: 2054; BIAŁKO: 61; TŁUSZCZ: 68; WĘGLOWODANY: 298;			ENERGIA: 2059; BIAŁKO: 102; TŁUSZCZ: 80; WĘGLOWODANY: 231,3;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-13	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	4
ŚNIADANIE	Płatki ryżowe na mleku	7	200ml	Płatki ryżowe na mleku	7	250ml	Płatki gryczane na mleku	7	250ml	70
	szynka drobiowa		20g	szynka drobiowa		40g	szynka drobiowa		40g	
	serek śmietankowy	7	20g	serek śmietankowy	7	60g	serek śmietankowy	7	60g	
	papryka		40g	papryka		100g	papryka		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	Jabłko		1/2szt.	Jabłko		1szt.	Jabłko		1szt.	14
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	9	250ml	Zupa pomidorowa z ryżem	9	350ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym	9	350ml	80
	Dorsz parowany	4	30g/60 ml	Dorsz parowany	4	90g/100 ml	Dorsz parowany	4	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	marchewka w kostce na gęsto	1,7	80g	marchewka w kostce na gęsto	1,7	100g	surówka z marchewki		75g	
							surówka z białej kapusty		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	Kisiel		100ml	Kisiel		150ml	Chleb żytni	1	20g	12
							Masło	7	5g	
							jajko gotowane	3	60g	
							rzodkiewka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	55
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	szynka konserwowa		20g	szynka konserwowa		40g	szynka konserwowa		40g	
	hummus		20g	hummus		60g	hummus		60g	
	sałata		20g	sałata		30g	sałata		30g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 979; BIAŁKO: 29; TŁUSZCZ: 39; WĘGLOWODANY: 127;			ENERGIA: 2096; BIAŁKO: 78; TŁUSZCZ: 58; WĘGLOWODANY: 314;			ENERGIA: 2101; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 86; WĘGLOWODANY: 231;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-14	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	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	200ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	250ml	74
	jajecznica na parze	3	40g	jajecznica na parze	3	70g	jajecznica na parze	3	70g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		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.	20
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	350ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	350ml	114
	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią, papryką	9	100g	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią, papryką	9	120g	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią, papryką	9	120g	
	ryż biały		100g	ryż biały		100g	ryż brązowy		100g	
	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	80g	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	100g	surówka z selera i jabłka z jogurtem	7,9	150g	
	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	26
							Masło	7	5g	
KOLACJA	serek grani			serek grani			serek grani	7	100g	
	papryka			papryka			papryka		100g	
	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	45
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	wędlna wieprzowa		20g	wędlna wieprzowa		40g	wędlna wieprzowa		40g	
ogórek kiszony		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		100g		
Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 1004,5; BIAŁKO: 35; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 118;			ENERGIA: 2206; BIAŁKO: 77; TŁUSZCZ: 73; WĘGLOWODANY: 309;			ENERGIA: 2211; BIAŁKO: 99; TŁUSZCZ: 77; WĘGLOWODANY: 279;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-15	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	300ml	79
	Wędlina drobiowa		20g	Wędlina drobiowa		40g	Wędlina drobiowa		40g	
	hummus		20g	hummus		60g	hummus		60g	
	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	pomarańcz		1/2szt.	pomarańcz		1/2szt.	pomarańcz		1/2szt.	7
OBIAD	Zupa pieczarkowa z makaronem	1,9	250ml	Zupa pieczarkowa z makaronem	1,9	350ml	Zupa pieczarkowa z makaronem	1,9	350ml	80
	Kotlet mielony, parowany	1,3	30g	Kotlet mielony, parowany	1,3	90g	Kotlet mielony, parowany	1,3	90g/100ml	
	ziemniaki puree	7	100g	ziemniaki puree	7	180g	ziemniaki puree	7	180g	
	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew) z oliwą z oliwek		80g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew) z oliwą z oliwek		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew) z oliwą z oliwek		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z ogórka kiszzonego		75g	
Posiłek nocny	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	Chleb z ziarnami	1	20g	28
							Masło	7	5g	
							serek fromage	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	
	sałatka jarzynowa	3,9	20g	sałatka jarzynowa	3,9	100g	sałatka jarzynowa	3,9	100g	
	szynka krucha		20g	szynka krucha		20g	szynka krucha		20g	
	papryka		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 975,5; BIAŁKO: 34; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 112;			ENERGIA: 2136; BIAŁKO: 64; TŁUSZCZ: 59; WĘGLOWODANY: 336;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 83; WĘGLOWODANY: 245;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-16	DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 1-3 LATA)			DIETA PEDIATRYCZNA (DZIECI 3-18 LAT)			DIETA PEDIATRYCZNA CUKRZYCOWA (DZIECI 3-18 LAT)				
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	4	
PONIEDZIAŁEK											
ŚNIADANIE	Kasza kuskus na mleku	1,7	200ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	Kasza kuskus na mleku	1,7	250ml	75	
	serek z ziołami	7	20g	serek z ziołami	7	60g	serek z ziołami	7	60g		
	szynka konserwowa		20g	szynka konserwowa		40g	szynka konserwowa		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.	20	
OBIAD	Żurek z ziemniakami i z jajkiem	1,3,9	250ml	Żurek z ziemniakami i z jajkiem	1,3,9	350ml	Żurek z ziemniakami i z jajkiem	1,3,9	350ml	110	
	Sos boloński		100g	Sos boloński		120g	Sos boloński		120g		
	Makaron penne	1	100g	Makaron penne	1	180g	Makaron pełnoziarnisty	1	180g		
	surówka z ogórka kiszzonego		80g	surówka z ogórka kiszzonego		100g	surówka z ogórka kiszzonego		150g		
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml		
POSIŁEK NOCNY	sucharki	1	15g	sucharki	1	30g	Chleb graham	1	20g	30	
							Masło	7	5g		
							jogurt	7	100ml		
							pomarańcza		1/2szt.		
KOLACJA	Chleb pszenny	1	60g	Chleb pszenny	1	90g	Chleb żytni razowy	1	90g	50	
	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	ogórek zielony		100g	ogórek zielony		100g		
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml		
	ENERGIA: 983,5; BIAŁKO: 36; TŁUSZCZ: 42; WĘGLOWODANY: 113;			ENERGIA: 2231; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 61; WĘGLOWODANY: 335;			ENERGIA: 2236; BIAŁKO: 95; TŁUSZCZ: 79; WĘGLOWODANY: 285;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-17	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	Kasza manna na mleku	1,7	200ml	Kasza manna na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	71
	Pasta mięsna	9	20g	Pasta mięsna	9	60g	Pasta mięsna	9	60g	
	dżem		20g	dżem		30g	hummus		30g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	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		1/2szt.	gruszka		1szt.	gruszka		1szt.	17
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	250ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	350ml	Zupa wielowarzywna z ryżem brązowym	9	350ml	86
	Rolada ze schabu z serem	1,3,7	30g	Rolada ze schabu z serem	1,3,7	90g	Rolada ze schabu z serem	1,3,7	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	marchewka z groszkiem	1,7	80g	marchewka z groszkiem	1,7	100g	marchewka z groszkiem	1,7	75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	surówka z sałaty i jogurtu	7	75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	herbatniki	1,3,7	15g	herbatniki	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	20
							Masło	7	5	
							jajko gotowane	3	60g	
							Rzodkiewka		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	50
	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	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
			150ml			250ml			250ml	
							Herbata		250ml	
ENERGIA: 998,5; BIAŁKO: 22; TŁUSZCZ: 43; WĘGLOWODANY: 130;			ENERGIA: 2170; BIAŁKO: 81; TŁUSZCZ: 60; WĘGLOWODANY: 325;			ENERGIA: 2175; BIAŁKO: 103; TŁUSZCZ: 87; WĘGLOWODANY: 244;				

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-18	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	Płatki jaglane na mleku	7	200ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	Płatki jaglane na mleku	7	250ml	66
	pasta z tuńczyka i jogurtu	4,7	20g	pasta z tuńczyka i jogurtu	4,7	60g	pasta z tuńczyka i jogurtu	4,7	60g	
	kiełbasa szynkowa		20g	kiełbasa szynkowa		40g	kiełbasa szynkowa		40g	
	papryka		40g	ogórek kiszony		100g	ogórek kiszony		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		1szt.	Banan		1szt.	20
OBIAD	Krem z pomidorów z czerwoną soczewicą	9	250ml	Krem z pomidorów z czerwoną soczewicą	9	350ml	Krem z pomidorów z czerwoną soczewicą	9	350ml	126
	Pierogi leniwe	1,3,7	220g	Pierogi leniwe	1,3,7	280g	Makaron pełnoziarnisty z serem	1,7	280g	
	polewa owocowo - jogurtowa	7	60ml	polewa owocowo - jogurtowa	7	100ml	jogurt naturalny	7	100ml	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy b/c		250ml	
POSIŁEK NOCNY	budyń waniliowy	7	80ml	budyń waniliowy	7	100ml	Musli	1	20g	34
						jogurt naturalny	7	100g		
						jabłko		1szt.		
KOLACJA	Chleb z ziarnami	1	60g	Chleb z ziarnami	1	90g	Chleb z ziarnami	1	90g	45
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	połudwica miodowa	4	20g	połudwica miodowa	4	40g	połudwica miodowa	4	40g	
	serek wiejski	7	20g	serek wiejski	7	100g	serek wiejski	7	100g	
	rzodkiewka		40g	rzodkiewka		100g	rzodkiewka		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 1011,5; BIAŁKO: 30; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 131;			ENERGIA: 2236; BIAŁKO: 83; TŁUSZCZ: 62; WĘGLOWODANY: 335;			ENERGIA: 2241; BIAŁKO: 106; TŁUSZCZ: 72; WĘGLOWODANY: 291;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-19	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	Ryż na mleku	7	200ml	Ryż na mleku	7	250ml	Płatki żytnie na mleku	1,7	250ml	70
	ser żółty	7	20g	ser żółty	7	30g	ser żółty	7	30g	
	szynka wieprzowa		20g	szynka wieprzowa		40g	szynka wieprzowa		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	mandarynka		1/2szt.	mandarynka		1szt.	mandarynka		1szt.	6
OBIAD	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	350ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	350ml	112
	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1,9	100g	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1,9	120g	Indyk w sosie słodko - kwaśnym	1,9	120g	
	ryż biały		100g	ryż biały		180g	ryż brązowy		100g	
	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	surówka z buraków		75g	
						Kompot wielowocowy b/c		250ml		
POSIŁEK NOCNY	biszkopty	1,3,7	15g	biszkopty	1,3,7	30g	Chleb żytni	1	20g	30
						Masło	7	5g		
							pasta z białej fasoli		60g	
							ogórek kiszony		100g	
KOLACJA	Chleb graham	1	60g	Chleb graham	1	90g	Chleb graham	1	90g	46
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	twaróg z ziołami	7	20g	twaróg z ziołami	7	60g	twaróg z ziołami	7	60g	
	pasztet	1,3	20g	pasztet	1,3	40g	pasta mięsna	9	40g	
	pomidor		40g	pomidor		100g	pomidor		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 983; BIAŁKO: 19; TŁUSZCZ: 41; WĘGLOWODANY: 133;			ENERGIA: 2134; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 293;			ENERGIA: 2139; BIAŁKO: 101; TŁUSZCZ: 75; WĘGLOWODANY: 264;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-20	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	4
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	200ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	250ml	68
	pasta jajeczna	3,7	20g	pasta jajeczna	3,7	60g	pasta jajeczna	3,7	60g	
	połędwica sopocka		20g	połędwica sopocka		40g	połędwica sopocka		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	jabłko		1/2szt.	jabłko		1szt.	jabłko		1szt.	14
OBIAD	Krupnik z kaszą jaglaną	9	250ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	350ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	350ml	80
	Morszczuk po grecku	1,3,4	30g	Morszczuk po grecku	1,3,4	90g	Morszczuk po grecku	1,3,4	90g	
	ziemniaki z koperkiem		100g	ziemniaki z koperkiem		180g	ziemniaki z koperkiem		180g	
	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		80g	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		100g	surówka wielowarzywna z oliwą z oliwek		75g	
	Kompot wielowocowy		150ml	Kompot wielowocowy		250ml	kalafior na parze		75g	
POSIŁEK NOCNY	budyń	7	100ml	budyń	7	150ml	płatki wielozbożowe	1	20g	36
							jogurt	7	100ml	
							gruszka		1szt.	
KOLACJA	Chleb razowy	1	60g	Chleb razowy	1	90g	Chleb razowy	1	90g	51
	Masło	7	10g	Masło	7	20g	Masło	7	20g	
	wędlina drobiowa		20g	wędlina drobiowa		40g	wędlina drobiowa		40g	
	miód		20g	miód		30g	hummus		60g	
	ogórek		40g	ogórek		100g	ogórek		100g	
	Herbata		150ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml	
	ENERGIA: 987; BIAŁKO: 14; TŁUSZCZ: 40; WĘGLOWODANY: 140;			ENERGIA: 2134; BIAŁKO: 80; TŁUSZCZ: 71; WĘGLOWODANY: 293;			ENERGIA: 2141; BIAŁKO: 96; TŁUSZCZ: 84; WĘGLOWODANY: 249;			

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

11.03.2026	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Kasza kukurydziana na napoju roślinnym		300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml	Kasza kukurydziana na mleku	7	300ml
	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	dżem		40g	dżem		40g	dżem		40g
	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	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
	Gulasz wieprzowy	1	150g	Gulasz wieprzowy	3	150g	Gulasz jarzynowy	1	150g
	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g	kasza gryczana		200g
	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
	dżem		60g	szynka wiejska		60g	twarożek z koperkiem	7	80g
	szynka wiejska		60g	twarożek z koperkiem	7	80g	dżem	7	60g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-12	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki owsiane na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki gryczane na mleku	7	300ml	Płatki owsiane na mleku	1,7	300ml
	pasta warzywna	9	80g	serek do smarowania	7	80g	serek do smarowania	7	80g
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		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.
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa z zielonych warzyw z kaszą kuskus	1,9	400ml	Zupa z zielonych warzyw z kaszą jaglaną	9	400ml	Zupa z zielonych warzyw z kaszą kuskus	1,9	400ml
	Pulpety drobiowe w sosie jarzynowym	1,3,9	120g/150ml	Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym	3,7	120g/150ml	Pulpecik warzywny w sosie śmietankowym	1,3,7	120g/150ml
	ziemniaki z wody		200g	puree ziemniaczane		200g	puree ziemniaczane	7	200g
	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml	Galaretka owocowa		200ml
	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	80g	pasta z białek jaj i szynki	3	80g	pasta z białek jaj i jogurtu	3,7	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	kalafior		100g	kalafior		100g	kalafior		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-13	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	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
	szynka drobiowa		60g	szynka drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		100g	cukinia na parze		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	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml	Zupa pomidorowa z ryżem	9	400ml
	Dorsz parowany	4	120g	Dorsz parowany	4	120g	Kotlet warzywny	9	120g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	marchewka w kostce na gęsto	1	100g	marchewka w kostce na gęsto	7	100g	marchewka w kostce na gęsto	1,7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	kisiel		200ml	Kisiel		200ml	Kisiel		200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	sałata z gotowanego kurczaka, pomidora b/s z oliwą z oliwek		120g	sałatka z gotowanego kurczaka sałaty, pomidora b/s z jogurtem naturalnym	7	120g	sałatka jarzynowa z białkiem jaja i jogurtem naturalnym	3,7,9	120g/ 150ml
	wędlina wieprzowa	9	80g	wędlina wieprzowa		30g	pasta warzywna	9	30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-14	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
SOBOTA	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki jęczmienne na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki jęczmienne na mleku	1,7	300ml
	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	pasta z białek jaj i szynki	3	120g	serek wiejski	7	150g
	pomidor b/s		100g	pomidor b/s		100g	pasta warzywna	9	80g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	pomidor		100g
	Bułka wrocławska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Masło	7	20g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Bułka wrocławska	1	90g
							Herbata		1 szt.
II ŚNIADANIE	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.	Banan		1 szt.
OBIAD	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	9	400ml
	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią	9	150g	Leczo z mięsem z indyka, dynią, cukinią	9	150g	Leczo warzywne	9	300g
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		300g
	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		1szt.	jabłko pieczone		300g
	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
	miód		40g	ser biały	7	80g	ser biały	7	150g
	wędlina wieprzowa		60g	wędlina wieprzowa		60g	miód		40g
	sałata		30g	sałata		30g	sałata		30g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-15	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
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	pasta warzywna	9	80g	serek fromage	7	80g	serek fromage	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		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa koperkowa z makaronem	1,9	400ml	zupa koperkowa z makaronem b/g	9	400ml	Zupa koperkowa z makaronem	1,9	400ml
	Kotlet mielony parowany	1,3	120g	Kotlet mielony parowany	3,7	120g	Kotlet warzywny	1,3,9	120g
	ziemniaki puree		200g	ziemniaki puree	7	200g	ziemniaki puree	7	200g
	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g	trio na parze (kalafior, brokuł, marchew)		100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIŁEK NOCNY	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	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 jaja i oliwą z oliwek	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 krucha		60g	szynka krucha		60g	twaróg	7	80g
	sałata		100g	sałata		100g	sałata		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-16	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PONIEDZIAŁEK	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 warzywna	9	80g	serek z ziołami	7	80g	serek z ziołami	7	80g
	szynka konserwowa		60g	szynka konserwowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	brokuł		100g	brokuł		100g	brokuł		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 ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml	Zupa ziemniaczana	9	400ml
	Sos ziołowy z mięsem drobiowym	1	150g	Sos ziołowy z mięsem drobiowym	7	150g	Sos ziołowy	1,7	150g
	Makaron penne	1	200g	Makaron bezglutenowy		200g	Makaron penne	1	200g
	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	sucharki	1	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	dżem		40g
	ketchup		10g	ketchup		10g	serek fromage	7	80g
	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

2026-03-17	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
WTOREK	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
	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 paryska	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka paryska	1	90g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		1szt.
II ŚNIADANIE	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.	Jabłko pieczone		1szt.
OBIAD	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml	Zupa wielowarzywna z ryżem	9	400ml
	Rolada schabowa, parowana	1,3	150g	Rolada schabowa, parowana	3	150g	potrawka warzywna	9	150g
	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g	ziemniaki z koperkiem		200g
	surówka z sałaty i oliwy		100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	100g	surówka z sałaty i jogurtu	7	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
	Dżem		40g	Serek ziarnisty	7	150g	Serek ziarnisty	7	150g
	szynka gotowana		60g	szynka gotowana		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

2026-03-18	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
ŚRODA	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	80g	pasta z tuńczyka	4,7	80g	serek grani	7	150g
	kielbasa szynkowa		60g	kielbasa szynkowa		60g	pasta warzywna	9	60g
	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	Banan		1szt.	Banan		1szt.	Banan		1szt.
OBIAD	Zupa krem z pomidorów	9	400ml	Zupa krem z pomidorów	9	400ml	Zupa krem z pomidorów	9	400ml
	Makaron	1	200g	Makaron bezglutenowy z serem	7	300g	Pierogi leniwe	1,3,7	300g
	sos owocowy		100g	polewa owocowo-jogurtowa	7	100g	polewa owocowo-jogurtowa	7	100g
	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml	Kompot wielowocowy		250ml
POSIĘK NOCNY	budyń waniliowy na napoju roślinnym		200ml	budyń waniliowy	7	200ml	budyń waniliowy	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	połudwica miodowa	4	60g	połudwica miodowa	4	60g	miód		40g
	miód		150g	serek wiejski	7	150g	serek wiejski	7	150g
	sałata z oliwą		100g	brokuł		100g	brokuł		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

2026-03-19	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
CZWARTEK	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
	pasta warzywna	9	80g	serek śmietankowy	7	80g	serek śmietankowy	7	80g
	szynka wieprzowa		60g	szynka wieprzowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	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	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml	Zupa brokułowa z ziemniakami	9	400ml
	Indyk w sosie tymiankowym	1,9	150g	Indyk w sosie tymiankowym	9	150g	Sos tymiankowy z warzywami	9	150ml
	ryż biały		200g	ryż biały		200g	ryż biały		200g
	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		100g	surówka z buraków		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
	dżem		40g	twaróg z ziołami	7	80g	dżem		40g
	pasta mięsna	9	60g	pasta mięsna	9	60g	twaróg z ziołami	7	80g
	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

2026-03-20	DIETA BEZMLECZNA			DIETA BEZGLUTENOWA			DIETA WEGETARIAŃSKA		
PIĄTEK	1	2	3	1	2	3	1	2	3
ŚNIADANIE	Płatki orkiszowe na napoju roślinnym	1	300ml	Płatki jaglane na mleku	7	300ml	Płatki orkiszowe na mleku	1,7	300ml
	Pasta warzywna	9	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g	pasta z białek jaj i sera	3,7	80g
	polędwica sopocka		60g	polędwica sopocka		60g	Pasta warzywna	9	80g
	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	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml	Krupnik z kaszą jaglaną	9	400ml
	Morszczuk na parze	4	120g	Morszczuk na parze	4	120g	Stek warzywny	1,3	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
POSIŁEK NOCNY	budyń na napoju roślinnym		200ml	budyń	7	200ml	budyń	7	200ml
KOLACJA	Bułka weka	1	90g	Pieczywo bezglutenowe		90g	Bułka weka	1	90g
	Tłuszcz roślinny		20g	Masło	7	20g	Masło	7	20g
	wędlina drobiowa		60g	wędlina drobiowa		60g	pasta warzywna	9	80g
	miód		40g	miód		40g	miód		40g
	marchewka juelienne		100g	marchewka juelienne		100g	marchewka juelienne		100g
	Herbata		250ml	Herbata		250ml	Herbata		250ml

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armi Krajowej 1 w Oleśnicy