

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
21-30.05.2026 dieta podstawowa E: 2615.55 kcal , B: 84.9 g , T: 114.01 g , W: 335.42 g , Błonnik [g]: 41.04 , Cukier [g]: 116.14 , Sód [mg]: 3132.99 , Kwasy tł. nas. [g]: 61.6	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Pomarańcza 100g	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z serem białym na słońo 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna E: 2711.9 kcal , B: 86.47 g , T: 112.14 g , W: 357.86 g , Błonnik [g]: 31.54 , Cukier [g]: 128.15 , Sód [mg]: 3201.11 , Kwasy tł. nas. [g]: 61.54	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Sałata 30g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z serem białym na słońo (gotowanie) 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Surówka z marchewki 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2880.88 kcal, B: 97.65 g, T: 131.31 g, W: 351.22 g, Błonnik [g]: 47.81, Cukier [g]: 94.63, Sód [mg]: 3405.78, Kwasy tł. nas. [g]: 68.95</p>	<p>Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron pełnoziarnisty z serem białym na słońcu (gotowanie) 300g (07) <i>(Makaron penne pełnoziarnisty, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Kapusta na ciepło 75g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Surówka z marchewki 75g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Kisiel malinowy, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Płatki jaglane 30g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2388.67 kcal, B: 87.85 g, T: 71.65 g, W: 365.43 g, Błonnik [g]: 30.02, Cukier [g]: 133.46, Sód [mg]: 3002.74, Kwasy tł. nas. [g]: 26.56</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło roślinne MR 20g Pomidor b/s 100g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z serem białym na słońcu 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Sól)</i> Marchewka na ciepło 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Cukier, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek śmietankowy fromage light 80g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2933.4 kcal, B: 111.17 g, T: 123.44 g, W: 363.11 g, Błonnik [g]: 31.54 , Cukier [g]: 133.1 , Sód [mg]: 3841.61 , Kwasy tł. nas. [g]: 66.91	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Sałata 30g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g Serek twarogowy , ziarnisty 150g (07)	Banan 130g	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z serem białym na słońce (gotowanie) 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Surówka z marchewki 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g Jaja kurze całe 50g (03)	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g
21-30.05.2026 dieta papkowata	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2144.08 kcal, B: 92.63 g, T: 55.6 g, W: 335.13 g, Błonnik [g]: 32.78 , Cukier [g]: 121.72 , Sód [mg]: 2654.47 , Kwasy tł. nas. [g]: 18.81	Płatki owsiane na mleku z miodem i masłem 400g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Miód pszczeli, Masło ekstra (07))</i> Pasta mięsna 150g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i> Herbata czarna 250g	Mus bananowy 130g	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z serem białym na słońce 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Sól)</i> Surówka z marchewki 100g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Rosół z makaronem 500g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Herbata czarna 250g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona E: 1557.23 kcal, B: 63.43 g, T: 28.68 g, W: 275.18 g, Błonnik [g]: 28.74 , Cukier [g]: 111.99 , Sód [mg]: 1322.21 , Kwasy tł. nas. [g]: 11.71	Śniadanie Zupa krem z białych warzyw z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Filety z kurczaka, Żółtko jaja kurzego (03), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	II Śniadanie Mus bananowy 150g	Obiad Zupa brokułowa z ryżem, koperkiem, i z mięsem gotowanym 500g (09,07) <i>(Herbata czarna, Woda, Ryż biały, Włoszczyzna (09), Pierś z indyka, Brokuły, Śmietana węgarska 15%, Masło ekstra (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Kisiel wiśniowy 200g	Kolacja Rosół z makaronem 500g (09,01) <i>(Woda, Makaron bezjajeczny (01), Marchew, Mięso z ud kurczaka, Por, Pietruszka, Seler korzeniowy (09), Pietruszka, Sól)</i> Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g
	21-30.05.2026 dieta bezmleczna E: 2525.81 kcal, B: 80.75 g, T: 102.55 g, W: 343.74 g, Błonnik [g]: 41.52 , Cukier [g]: 108.76 , Sód [mg]: 2742.47 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.82	Śniadanie Płatki żytnie na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Pomarańcza 100g	Obiad Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z sosem mięsnym (gotowanie) 300g (01,09) <i>(Makaron bezjajeczny (01), Wieprzowina, Włoszczyzna (09), Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Kisiel wiśniowy 200g	Kolacja Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Oliwa z oliwek)</i> Pomidor 100g Herbata czarna 250g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa E: 2609.85 kcal , B: 77.58 g , T: 118.22 g , W: 330.88 g , Błonnik [g]: 44.71 , Cukier [g]: 118.64 , Sód [mg]: 2918.29 , Kwasy tł. nas. [g]: 61.64	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	Pomarańcza 100g	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron bezglutenowy z serem białym na słoń (gotowanie) 300g (07) <i>(Makaron bezglutenowy, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g
21-30.05.2026 dieta wegetariańska E: 2647.15 kcal , B: 73.7 g , T: 117.91 g , W: 348.54 g , Błonnik [g]: 46.56 , Cukier [g]: 117.9 , Sód [mg]: 2971.39 , Kwasy tł. nas. [g]: 58.83	Płatki żytnie na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Hummus klasyczny 80g Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb <u>żytni</u> razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Pomarańcza 100g	Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron z serem białym na słoń (gotowanie) 300g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 80g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g	Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g

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

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2566.85 kcal, B: 108.65 g, T: 119.63 g, W: 286.94 g, Błonnik [g]: 39.73, Cukier [g]: 54.11, Sód [mg]: 4013.91, Kwasy tł. nas. [g]: 48.55</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2503.49 kcal, B: 115.46 g, T: 100.04 g, W: 299.28 g, Błonnik [g]: 26.18, Cukier [g]: 58.43, Sód [mg]: 3899.38, Kwasy tł. nas. [g]: 46.86</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), <i>Płatki jaglane</i>) Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>) Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g (<i>Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól</i>) Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g (<i>Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), <i>Budyń śmietankowy bez cukru</i>)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego 80g (07,03) (<i>Białko jaj kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)</i>) Ser żółty 40g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Pasta mięsna 80g (<i>Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy</i>)</p>

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

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2583.89 kcal, B: 109.26 g, T: 121.71 g, W: 290.53 g, Błonnik [g]: 46.08, Cukier [g]: 54.24, Sód [mg]: 3922.55, Kwasy tł. nas. [g]: 48.87</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ryż brązowy 200g Szpinak na gęsto (duszony) 75g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2567.32 kcal, B: 109.17 g, T: 84.4 g, W: 357.52 g, Błonnik [g]: 27.44, Cukier [g]: 95.69, Sód [mg]: 3781.06, Kwasy tł. nas. [g]: 26.13</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Morszczuk w sosie cytrynowo - warzywnym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Drożdżówka 100g (01,07,03)</p>
<p>21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa</p> <p>E: 2866.07 kcal, B: 137.49 g, T: 113.76 g, W: 337.04 g, Błonnik [g]: 26.13, Cukier [g]: 84.91, Sód [mg]: 4572.91, Kwasy tł. nas. [g]: 51.21</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Kalafior 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i></p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczerek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa z białek jaj i jogurtu naturalnego 80g (07,03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Ser żółty 40g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Wafle ryżowe 30g Pasta mięsna 60g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
<p>21-30.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2003.22 kcal, B: 92.16 g, T: 56.53 g, W: 295.58 g, Błonnik [g]: 22.06, Cukier [g]: 107.35, Sód [mg]: 2565.62, Kwasy tł. nas. [g]: 22.55</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku z miodem i masłem 400g (07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane) Serek wiejski naturalny 150g (07) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana 400g (09) (Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie) Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g (<u>Morszczuk</u>, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól) Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g (Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03) (Woda, Włoszczyzna (09), Kalafior, Filety z kurczaka, Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Dżem wiśniowy niskosłodzony 50g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1186.09 kcal, B: 75.08 g, T: 28.13 g, W: 169.74 g, Błonnik [g]: 21.44, Cukier [g]: 67.75, Sód [mg]: 1348.44, Kwasy tł. nas. [g]: 10.47</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01) (Woda, Ziemniaki, Piersz z indyka, Włoszczyzna (09), Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus jabłkowy 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa ziemniaczana z dodatkiem żółtka oraz gotowanego mięsa 500g (09,03) (Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie) Kompot z owoców mieszanych 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa kalafiorowa z ryżem, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03) (Woda, Włoszczyzna (09), Kalafior, Filety z kurczaka, Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Dżem wiśniowy niskosłodzony 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
21-30.05.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2627.55 kcal, B: 100.76 g, T: 113.89 g, W: 324.07 g, Błonnik [g]: 41.32, Cukier [g]: 47.53, Sód [mg]: 4275.74, Kwasy tł. nas. [g]: 29.25</p>	<p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Ogórek świeży 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15%, Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy na bazie napoju roślinnego 200g <i>(Napój jaglany, Mąka ziemniaczana)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło roślinne MR 20g Salatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Wędlina wieprzowa 60g Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2522.75 kcal, B: 101.54 g, T: 122.96 g, W: 274.25 g, Błonnik [g]: 37.66, Cukier [g]: 57.8, Sód [mg]: 4005.81, Kwasy tł. nas. [g]: 48.67</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 150g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Sałatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2619.48 kcal, B: 82.25 g, T: 122.58 g, W: 322.05 g, Błonnik [g]: 47.35, Cukier [g]: 58.06, Sód [mg]: 4396.93, Kwasy tł. nas. [g]: 46.88</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Pasta z białej fasoli z jabłkiem (Thermomix) 80g <i>(Fasola biała, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Czosnek, Pieprz, Sól, Majeranek)</i> Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Kotlety z ciecierzycy (pieczenie) 120g (03,01) <i>(Cieciora, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Olej rzepakowy, Cebula, Czosnek, Kurkuma, Pieprz, Sól)</i> Sos koperkowy 150g (07) <i>(Woda, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Pieprz, Sól)</i> Ryż biały 200g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

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

Jadłospis	Sobota (2026-05-23)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa E: 2273.95 kcal, B: 105.34 g, T: 83 g, W: 293.12 g, Błonnik [g]: 31.57 , Cukier [g]: 63.78 , Sód [mg]: 3058.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 40.21	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) (<i>Jaja</i> kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03)) Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Gruszka 130g	Obiad Zupa grysikowa 400g (09,01) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) (<i>Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszena, typ 500 (01), Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól</i>) Ziemniaki 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g (<i>Buraki, Sól</i>) Kompot wielowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)	Podwieczorek* Galaretka truskawkowa 200g	Kolacja Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna E: 2335.12 kcal, B: 114.43 g, T: 74.03 g, W: 315.98 g, Błonnik [g]: 23.71 , Cukier [g]: 76.56 , Sód [mg]: 3085.56 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.18	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (<i>Mleko</i> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana) Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03)</i>) Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Zupa grysikowa 400g (09,01) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) (<i>Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszena, typ 500 (01), Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól</i>) Ziemniaki 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g (<i>Buraki, Sól</i>) Kompot wielowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)	Podwieczorek* Galaretka truskawkowa 200g	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Kalafior 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis		Sobota (2026-05-23)				
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2383.69 kcal, B: 118.02 g, T: 90.4 g, W: 292.19 g, Błonnik [g]: 33.67, Cukier [g]: 58.71, Sód [mg]: 3334.97, Kwasy tł. nas. [g]: 43.9</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana</i>) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) (<i>Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03)</i>) Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	Gruszka 130g	<p>Zupa grysikowa 400g (09,01) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) (<i>Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól</i>) Ziemniaki 200g Surówka "colesław" 75g (03,12) (<i>Kapusta biała, Marchew, Cebula, Cytryna, Majonez (03), Koperek, Miód pszczeli, Ocet winny (12)</i>) Buraki na ciepło (duszenie) 75g (<i>Buraki, Sól</i>) Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	Galaretka truskawkowa bez cukru 200g	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomarańcza 100g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2294.12 kcal, B: 114.44 g, T: 69.89 g, W: 314.98 g, Błonnik [g]: 23.66, Cukier [g]: 76.65, Sód [mg]: 3141.24, Kwasy tł. nas. [g]: 25.53</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana</i>) Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03)</i>) Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	Banan 130g	<p>Zupa grysikowa 400g (09,01) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Plastry schabu w sosie własnym (duszenie) 150g (01) (<i>Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól</i>) Ziemniaki 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g (<i>Buraki, Sól</i>) Kompot wieloowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	Galaretka truskawkowa 200g	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek wiejski naturalny 150g (07) Kalańfior 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Jabłko parowane, Budyń śmietankowy bez cukru</i>)</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Sobota (2026-05-23)					
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2482.72 kcal, B: 136.27 g, T: 80.75 g, W: 315.98 g, Błonnik [g]: 23.71, Cukier [g]: 76.56, Sód [mg]: 4041.96, Kwasy tł. nas. [g]: 40.08	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana</i>)</p> <p>Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03)</i>)</p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	Banan 130g	<p>Zupa grysikowa 400g (09,01) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) (<i>Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól</i>)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 100g (<i>Buraki, Sól</i>)</p> <p>Kompot wielowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	Galaretka truskawkowa 200g	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Kalafior 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru</i>)</p>
21-30.05.2026 dieta papkowata	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 1797.53 kcal, B: 107.06 g, T: 47.99 g, W: 246.46 g, Błonnik [g]: 21.93, Cukier [g]: 66.31, Sód [mg]: 2019.97, Kwasy tł. nas. [g]: 19.26	<p>Kasza kukurydziana na mleku z miodem i masłem 400g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana, Miód pszczeli, Masło ekstra (07)</i>)</p> <p>Pasta z białek jaj i sera 150g (03,07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03)</i>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	Mus bananowy 130g	<p>Zupa grysikowa 400g (09,01) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Szynka w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) (<i>Szynka wieprzowa, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól</i>)</p> <p>Ziemniaki 200g</p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 100g (<i>Buraki, Sól</i>)</p> <p>Kompot wielowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	Galaretka truskawkowa 200g	<p>Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Marchew, Filety z kurczaka, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Budyń śmietankowy z owocami 200g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru</i>)</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-23)					
21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona E: 1409.04 kcal, B: 76.22 g, T: 36.16 g, W: 206.93 g, Błonnik [g]: 23.95, Cukier [g]: 83.52, Sód [mg]: 1384.15, Kwasy tł. nas. [g]: 11.64	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	Zupa szpinakowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Udziec indyka, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Żółtko jaj kurzego (03), Koperek, Pieprz, Sól)</i> Herbata czarna 250g	Mus bananowy 150g	Zupa grycikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaj kurzego (03), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Kisiel wiśniowy 200g	Zupa marchewkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 500g (09,07,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Marchew, Filety z kurczaka, Żółtko jaj kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus owocowy jabłko brzoskwinia 50g
21-30.05.2026 dieta bezmleczna E: 2161.1 kcal, B: 86.18 g, T: 71.72 g, W: 310.19 g, Błonnik [g]: 31.99, Cukier [g]: 55.91, Sód [mg]: 3085.58, Kwasy tł. nas. [g]: 19.15	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	Kasza kukurydziana na napój jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Kasza kukurydziana)</i> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaj kurze całe (03), Szcypiorek, Majonez (03))</i> Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	Gruszka 130g	Zupa grycikowa 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Ziemniaki 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 200g	Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g	Budyń śmietankowy na napój jaglanym (150g) z owocami (50g): 200g <i>(Napój jaglany, Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Sobota (2026-05-23)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa E: 2350.55 kcal, B: 112.69 g, T: 90.26 g, W: 290.82 g, Błonnik [g]: 36.45, Cukier [g]: 72.5, Sód [mg]: 3050.34, Kwasy tł. nas. [g]: 41.16	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i> Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g	II Śniadanie Gruszka 130g	Obiad Krupnik z kaszą jaglaną 401g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Plastry schabu w sosie własnym (duszenie) 150g <i>(Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Ziemniaki 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 120g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i>	Podwieczorek* Galaretka truskawkowa 200g	Kolacja Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i>
21-30.05.2026 dieta wegetariańska E: 2077.5 kcal, B: 81.91 g, T: 69.47 g, W: 298.79 g, Błonnik [g]: 33.69, Cukier [g]: 66.97, Sód [mg]: 2606.61, Kwasy tł. nas. [g]: 37.62	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i> Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Gruszka 130g	Obiad Zupa grysikowa 400g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Gulasz z soczewicy 150g <i>(Pomidor, Cukinia, Pieczarki, Soczewica czerwona, Cebula, Por, Bazylia, Olej rzepakowy)</i> Ziemniaki 200g Buraki na ciepło (duszenie) 100g <i>(Buraki, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Galaretka truskawkowa 200g	Kolacja Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i>

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

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
21-30.05.2026 dieta podstawowa E: 2966.05 kcal, B: 99.94 g, T: 120.88 g, W: 393.51 g, Błonnik [g]: 44.87 , Cukier [g]: 88.54 , Sód [mg]: 3291.91 , Kwasy tł. nas. [g]: 57.01	Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (07,01,03,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron czterojęczny (01,03), Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana wegańska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 121g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g	Ryż z jogurtem (150g) i musmem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i>
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna E: 2781.11 kcal, B: 104.46 g, T: 110.93 g, W: 359 g, Błonnik [g]: 33.38 , Cukier [g]: 73.28 , Sód [mg]: 2896.39 , Kwasy tł. nas. [g]: 53.66	Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Brokuły 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Jaja kurze całe (03), Mięso z ud kurczaka, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Pulpety warzywne (gotowanie) 120g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 200g Kalafior na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 120g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g	Ryż z jogurtem (150g) i musmem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2787.56 kcal, B: 101.56 g, T: 127.04 g, W: 332.83 g, Błonnik [g]: 45.31, Cukier [g]: 81.53, Sód [mg]: 3350.75, Kwasy tł. nas. [g]: 60.49</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)</i>) Parówki drobiowe 100g Keczap 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Banan 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym 400g (07,09) (<i>Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron pełnoziarnisty, Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana węgierska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 120g (01,03) (<i>Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka</i>) Ziemniaki purée 200g Kalafior na parze z oliwą z oliwek 75g (<i>Kalafior, Oliwa z oliwek</i>) Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g (<i>Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz</i>) Kompot wielowocowy (bez cukru) 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) (<i>Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek</i>) Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Wafle ryżowe 30g Masło ekstra 5g (07) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek świeży 100g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2394.22 kcal, B: 112.93 g, T: 68.9 g, W: 347.48 g, Błonnik [g]: 31.31, Cukier [g]: 69.03, Sód [mg]: 2275.85, Kwasy tł. nas. [g]: 26.11</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)</i>) Potrawka z kurczaka - gotowana 80g (<i>Pierś z kurczaka, Woda, Cukinia, Kalafior</i>) Brokuły 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400g (09,01,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Białko jaja kurzego (03), Mięso z ud kurczaka, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie</i>) Pulpety warzywne (gotowanie) 120g (01,03) (<i>Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka</i>) Ziemniaki purée 200g Kalafior 100g Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina wieprzowa 60g Twarożek z koperkiem 80g (07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek</i>) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) (<i>Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia</i>)</p>
<p>* - Podwieczorek jest podawany na oddziałach: Pediatria, Położnictwo, ZPO oraz dla pacjentów na diecie z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów; ** Do każdego posiłku podawana jest woda</p>						

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2901.23 kcal, B: 130.67 g , T: 111.7 g , W: 360.81 g , Błonnik [g]: 32.88 , Cukier [g]: 75.03 , Sód [mg]: 3131.46 , Kwasy tł. nas. [g]: 54.9	Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 100g Kecup 15g Brokuły 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)	Jabłko parowane 160g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Jaja kurze całe (03), Mięso z ud kurczaka, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Pulpety warzywne (gotowanie) 120g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 200g Kalafior na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka z buraka sera fety i rosponki 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i>	Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i>
21-30.05.2026 dieta papkowata	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2443.78 kcal, B: 96.56 g , T: 77.27 g , W: 360.11 g , Błonnik [g]: 36.21 , Cukier [g]: 74.01 , Sód [mg]: 1771.81 , Kwasy tł. nas. [g]: 29.43	Płatki owsiane na mleku z miodem i masłem 400g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Miód pszczeli, Masło ekstra (07))</i> Potrawka z kurczaka - gotowana 150g <i>(Śmietana wegańska 15%, Pierś z kurczaka, Woda, Cukinia, Kalafior)</i> Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Jaja kurze całe (03), Mięso z ud kurczaka, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Pulpety warzywne (gotowanie) 120g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Sos majerankowy 150g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Śmietana wegańska 15%, Majeranek)</i> Ziemniaki purée 200g Kalafior na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 501g (07) <i>(Woda, Szyńka wieprzowa, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pietruszka, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona E: 1514 kcal , B: 62.82 g , T: 42.61 g , W: 227.27 g , Błonnik [g]: 23.68 , Cukier [g]: 82.3 , Sód [mg]: 1849.5 , Kwasy tł. nas. [g]: 11.31	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	Zupa dyniowa z kaszą kuskus i gotowanym mięsem drobiowym 451g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Dynia, Kasza kuskus (01), Mięso z ud kurczaka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Mus jabłkowy 150g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Jaja kurze całe (03), Mięso z ud kurczaka, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabelana 501g (07) <i>(Woda, Szynga wieprzowa, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pietruszka, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Sok przecierowy 300g
21-30.05.2026 dieta bezmleczna E: 2845.42 kcal , B: 95.04 g , T: 111.19 g , W: 386.7 g , Błonnik [g]: 49.23 , Cukier [g]: 95.6 , Sód [mg]: 3323.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 32.59	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
	Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło roślinne MR 20g Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g	Banan 130g	Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (01,03,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Pietruszka, Masło roślinne MR, Śmietana wegańska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 121g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Mus owocowy 100% 200g	Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło roślinne MR 20g sałatka z kurczakiem i pomidorem 80g <i>(Pierś z kurczaka, Pomidor, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g	Ryż z jogurtem sojowym (150g) i musem owocowym (50g): 200g (06) <i>(Jogurt naturalny sojowo (06), Ryż biały, Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2879.49 kcal, B: 91.57 g, T: 122.69 g, W: 372.95 g, Błonnik [g]: 40.51, Cukier [g]: 89.78, Sód [mg]: 3271.6, Kwasy tł. nas. [g]: 57</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(<u>Mleko</u> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki drobiowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem bezglutenowym 400g (07,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron bezglutenowy, Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana wegańska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 121g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2917.83 kcal, B: 96.32 g, T: 117.33 g, W: 390.66 g, Błonnik [g]: 45.47, Cukier [g]: 89.12, Sód [mg]: 3673.28, Kwasy tł. nas. [g]: 50.74</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Parówki sojowe 100g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (07,01,03,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron czterojęczny (01,03), Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana wegańska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 120g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 200g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i></p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 04-Ryby i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2726.59 kcal, B: 93.08 g, T: 106.01 g, W: 360.99 g, Błonnik [g]: 40.94, Cukier [g]: 132.7, Sód [mg]: 3164.52, Kwasy tł. nas. [g]: 49.71</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgierska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2698.4 kcal, B: 93.43 g, T: 92.84 g, W: 388.02 g, Błonnik [g]: 30.15, Cukier [g]: 158.12, Sód [mg]: 2528.82, Kwasy tł. nas. [g]: 49.62</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłko pieczone, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek śmietankowy, naturalny 40g (07) Sałata 30g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2698.27 kcal, B: 93.13 g, T: 105.67 g, W: 356.39 g, Błonnik [g]: 44.88, Cukier [g]: 131.65, Sód [mg]: 3038.88, Kwasy tł. nas. [g]: 49.62</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(<u>Mleko</u> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgarińska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) <i>(<u>Jaja</u> kurze całe (03), <u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu (07), <u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty (07), Mąka <u>pszenna</u>, typ 500 (01), Żółtko <u>jaja</u> kurzego (03), Drożdże, <u>Masło</u> ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 145g <i>(Mandarynki, Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i> Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Kisiel malinowy, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2776.25 kcal, B: 93.52 g, T: 96.69 g, W: 397.81 g, Błonnik [g]: 28.55, Cukier [g]: 167.06, Sód [mg]: 2142.3, Kwasy tł. nas. [g]: 38.18</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłko pieczone, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i></p> <p>Sałatka z brzoskwiń kandyzowanych 100g <i>(Brzoskwinia w syropie, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek śmietankowy, naturalny 40g (07) Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2862.2 kcal, B: 110.8 g, T: 99.2 g, W: 397.32 g, Błonnik [g]: 30.15, Cukier [g]: 164.42, Sód [mg]: 3101.52, Kwasy tł. nas. [g]: 52.36</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane</i>) Pasta z tuńczyka 80g (04,07) (<i>Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07)</i>) Pomidor b/s 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Jabłko pieczone, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) (<i>Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy</i>) Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) (<i>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki</i>) Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g (<i>Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól</i>) Kompot wieloowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek śmietankowy, naturalny 40g (07) Sałata 30g Herbata czarna 250g Wędlina drobiowa 60g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2310.6 kcal, B: 107.77 g, T: 68.7 g, W: 328.01 g, Błonnik [g]: 25.09, Cukier [g]: 133.73, Sód [mg]: 2178.03, Kwasy tł. nas. [g]: 30.29</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku z miodem i masłem 400g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana, Miód pszczoły, Masło ekstra (07))</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 150g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Mus bananowy 130g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Jabłko pieczone, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus bananowy 50g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1857.42 kcal, B: 79.63 g, T: 61.43 g, W: 259.26 g, Błonnik [g]: 25.44, Cukier [g]: 86.01, Sód [mg]: 1860.98, Kwasy tł. nas. [g]: 16.64</p>	<p>Zupa ryżowa z mięsem gotowanym, zabieleną 501g (07) <i>(Woda, Szynga wieprzowa, Ryż biały, Marchew, Śmietana, 12% tłuszczu (07), Pietruszka, Olej rzepakowy, Liście laurowe, Majeranek, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Mus bananowy 150g</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami, dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Zupa grysikowa z dodatkiem żółtka oraz mięsa gotowanego 501g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus bananowy 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2309.75 kcal, B: 60.3 g, T: 71.18 g, W: 367.05 g, Błonnik [g]: 43.86, Cukier [g]: 117.42, Sód [mg]: 3204.32, Kwasy tł. nas. [g]: 17.43</p>	<p>Płatki gryczane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki gryczane)</i></p> <p>Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgarska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Makaron bezjajeczny 200g (01)</p> <p>Polewa owocowa 100g <i>(Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Musli bezglutenowe 50g Jogurt naturalny sojowo 150g (06)</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2380.9 kcal, B: 72.78 g, T: 90.64 g, W: 333.8 g, Błonnik [g]: 50.92, Cukier [g]: 127.52, Sód [mg]: 2820.06, Kwasy tł. nas. [g]: 42.57</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgierska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron bezglutenowy z serem białym (gotowanie) 250g (07) <i>(Makaron bezglutenowy, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Cukier)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwa z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Gruszka 130g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2726.59 kcal, B: 93.08 g, T: 106.01 g, W: 360.99 g, Błonnik [g]: 40.94, Cukier [g]: 132.7, Sód [mg]: 3164.52, Kwasy tł. nas. [g]: 49.71</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgarińska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pampuchy z serem białym (gotowanie) 250g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2252.52 kcal, B: 94.82 g, T: 91.12 g, W: 280.48 g, Błonnik [g]: 36.23, Cukier [g]: 54.81, Sód [mg]: 4412.72, Kwasy tł. nas. [g]: 40.84</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natka pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 100g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Mus owocowy 100% 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2265.59 kcal, B: 108.35 g, T: 75.23 g, W: 301.56 g, Błonnik [g]: 29.34, Cukier [g]: 62.99, Sód [mg]: 3544.36, Kwasy tł. nas. [g]: 38.28</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jajecznicza na parze z białek jaj 100g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03))</i> Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym i natką pietruszki 100g (07) <i>(Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i> Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini)</i> Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Mus owocowy 100% 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2412.82 kcal, B: 110.55 g, T: 99.8 g, W: 291.25 g, Błonnik [g]: 43.74, Cukier [g]: 63.51, Sód [mg]: 4970.69, Kwasy tł. nas. [g]: 45.43</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż brązowy, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 75g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Sól)</i> Surówka z pomidora z jogurtem natralnym i natką pietruszki 75g (07) <i>(Pomidor, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Indyk 60g Ogórki konserwowe 100g (12,10)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Gruszka 130g</p>

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

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2178.71 kcal, B: 109.92 g, T: 65.11 g, W: 300.91 g, Błonnik [g]: 29.69 , Cukier [g]: 62.78 , Sód [mg]: 3224.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 21.6	Śniadanie Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jajecznicza na parze z białek jaj 100g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03))</i> Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie własnym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Brokuły 100g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczerek* Sucharki 30g (01,07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i> Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini)</i> Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Serek wiejski lekki 150g (07) Mus owocowy 100% 50g
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa E: 2525.39 kcal, B: 136.79 g, T: 91.49 g, W: 301.56 g, Błonnik [g]: 29.34 , Cukier [g]: 62.99 , Sód [mg]: 4632.16 , Kwasy tł. nas. [g]: 43.76	Śniadanie Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jajecznicza na parze z białek jaj 100g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03))</i> Bukiet warzyw na parze z oliwą z oliwek 100g <i>(Brokuły, Marchew, Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Wędlina drobiowa 60g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Surówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym i natką pietruszki 100g (07) <i>(Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczerek* Sucharki 30g (01,07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i> Marchewka mini na ciepło (gotowana) 100g <i>(Marchewka mini)</i> Herbata czarna 250g Wędlina wieprzowa 60g	Dobry Posiłek Serek wiejski naturalny 150g (07) Mus owocowy 100% 50g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
<p>21-30.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 1863.83 kcal, B: 109.03 g, T: 54.97 g, W: 247.69 g, Błonnik [g]: 23.83, Cukier [g]: 65.19, Sód [mg]: 2811.74, Kwasy tł. nas. [g]: 24.32</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku z miodem i masłem 400g (01,07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01), Miód pszczeli, Masło ekstra (07)</i>)</p> <p>Jajecznica na parze z białek jaj 149g (03) (<i>Białko jaja kurzego (03)</i>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Gulasz z szynki w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) (<i>Szynka wieprzowa, Woda, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól</i>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g (<i>Ziemniaki, Koperek, Sól</i>)</p> <p>Surówka z pomidora b/s z jogurtem naturalnym i natką pietruszki 100g (07) (<i>Pomidor b/s, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól</i>)</p> <p>Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa z cukinii z kaszą manną, żółtkiem i mięsem 500g (09,01,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Cukinia, Filety z kurczaka, Kasza manna (01), Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% 50g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1330.76 kcal, B: 77.49 g, T: 35.65 g, W: 186.6 g, Błonnik [g]: 23, Cukier [g]: 62.71, Sód [mg]: 1686.85, Kwasy tł. nas. [g]: 12.72</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa pomidorowa z makaronem i mięsem gotowanym 500g (09,01,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Szynka wieprzowa, Makaron czterojajeczny (01,03), Przepiórka pomidorowa, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus jabłkowy 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem, żółtkiem i indykiem 500g (09,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Mięso z indyka gotowane, Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Żółtko jaja kurzego (03), Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Kompot wieloowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa z cukinii z kaszą manną, żółtkiem i mięsem 500g (09,01,03) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Cukinia, Filety z kurczaka, Kasza manna (01), Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2230.69 kcal, B: 79.82 g, T: 88.43 g, W: 295.07 g, Błonnik [g]: 37.08, Cukier [g]: 48.33, Sód [mg]: 4138.11, Kwasy tł. nas. [g]: 22.33</p>	<p>Kasza manna na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Kasza manna (01))</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło roślinne MR)</i> Rzodkiewka 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natka pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie pieczeńiowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 100g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Jaja kurze całe, gotowane 100g (03) Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Mus owocowy 100% 50g Jogurt naturalny sojowo 150g (06)</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2195.78 kcal, B: 86.51 g, T: 93.5 g, W: 269.84 g, Błonnik [g]: 34.19, Cukier [g]: 57.11, Sód [mg]: 4289.64, Kwasy tł. nas. [g]: 40.71</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Jajecznicza ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Bitki w sosie własnym (duszenie) 146g <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 100g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Mus owocowy 100% 50g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2224.13 kcal, B: 81.68 g, T: 88.69 g, W: 295.73 g, Błonnik [g]: 40.71, Cukier [g]: 55.74, Sód [mg]: 4131.18, Kwasy tł. nas. [g]: 39.53</p>	<p>Kasza manna na mleku 300g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i> Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i> Rzodkiewka 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natka pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i> Kotlet warzywny z soczewicą (gotowanie) 120g (09,01,03) <i>(Włoszczyzna (09), Soczewica czerwona, Olej rzepakowy, Białko jaja kurzego (03), Bułka tarta (01))</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 100g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Cukier, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Ogórek kiszony 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Mus owocowy 100% 50g</p>

01-Zboża zawierające gluten, 03-Jaja i produkty pochodne, 06-Soja i produkty pochodne, 07-Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 09-Seler i produkty pochodne, 10-Gorczyca i produkty pochodne, 12-Dwutlenek siarki i siarczyny

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2218.89 kcal, B: 88.63 g, T: 85.52 g, W: 293.31 g, Błonnik [g]: 40.94, Cukier [g]: 89.1, Sód [mg]: 2667.57, Kwasy tł. nas. [g]: 42.09</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami 400g (01,09) <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana węgarska 15% , Chleb pszenny (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana węgarska 15% , Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2287.76 kcal, B: 92.74 g, T: 86.93 g, W: 297.78 g, Błonnik [g]: 28.48, Cukier [g]: 88.38, Sód [mg]: 2349.24, Kwasy tł. nas. [g]: 42.86</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Krem z batata z grzankami 400g (01,03,09) <i>(Woda, Pomidor b/s, Włoszczyzna (09), Batat, Śmietana węgarska 15%, Groszek ptysiowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Woda, Śmietana węgarska 15%, Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Brokuły 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2451.58 kcal, B: 106.06 g, T: 100.45 g, W: 303.31 g, Błonnik [g]: 44.66, Cukier [g]: 75.14, Sód [mg]: 3760.91, Kwasy tł. nas. [g]: 47.66</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami razowymi 400g (01,09) <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% , Chleb żytni razowy (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety warzywno-vegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana wegańska 15% , Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Surówka z białej kapusty 75g <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sok z cytryny, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 75g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot wielowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Masło ekstra 5g (07) Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g</p>

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

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2399.69 kcal, B: 93.58 g, T: 67.52 g, W: 369.36 g, Błonnik [g]: 29.21 , Cukier [g]: 114.94 , Sód [mg]: 2762.75 , Kwasy tł. nas. [g]: 24.24	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Krem z batata z grzankami 387g (09,01) <i>(Woda, Pomidor b/s, Chleb pszenny (01), Włoszczyzna (09), Batat, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Woda, Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne, gotowana 100g <i>(Marchewka julienne)</i> Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczerek* Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek wiejski lekki 150g (07) Brokuły 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i>
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa E: 2765.35 kcal, B: 117.92 g, T: 104.47 g, W: 353.3 g, Błonnik [g]: 29.8 , Cukier [g]: 112.96 , Sód [mg]: 3382.38 , Kwasy tł. nas. [g]: 46.49	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor b/s 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Wędlina wieprzowa 60g	II Śniadanie Banan 130g	Obiad Krem z batata z grzankami 399g (09,01) <i>(Woda, Pomidor b/s, Chleb pszenny (01), Włoszczyzna (09), Batat, Śmietana wegańska 15%, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Białko jaja kurzego (03), Woda, Śmietana wegańska 15%, Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczerek* Budyń gotowy 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Brokuły 100g Sałata 15g Herbata czarna 250g sałatka z kurczakiem i pomidorem b/s 80g <i>(Pierś z kurczaka, Pomidor b/s, Sałata, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i>	Dobry Posiłek pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
<p>21-30.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2053.23 kcal, B: 78.61 g, T: 55.66 g, W: 325.07 g, Błonnik [g]: 36.55, Cukier [g]: 120.52, Sód [mg]: 2234.68, Kwasy tł. nas. [g]: 18.33</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku z miodem i masłem 400g (07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane) Pasta z tuńczyka 150g (04,07) (<u>Tuńczyk</u> w sosie własnym (w wodzie) (04), <u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu (07)) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Krem z batata 388g (09) (Woda, Pomidor b/s, Włoszczyzna (09), Batat, Śmietana wegańska 15% , Oliwa z oliwek, Pietruszka, Papryka, Tymianek) Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) (Marchew, Pietruszka, Białko <u>jaja</u> kurzego (03), Woda, Śmietana wegańska 15% , Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka) Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g (Marchewka julienne, Oliwa z oliwek) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń gotowy 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa marchwianka z ryżem i żółtkiem 621g (03) (Marchew, Woda, Ryż biały, Żółtko <u>jaja</u> kurzego (03), Sól) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p> pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Mus bananowy, Ryż biały)</p>
<p>21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1709.64 kcal, B: 50.33 g, T: 68.2 g, W: 236.47 g, Błonnik [g]: 30.26, Cukier [g]: 95.45, Sód [mg]: 1934.3, Kwasy tł. nas. [g]: 28.62</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) (Woda, Ziemniaki, Szyńka wieprzowa, Śmietana wegańska 15% , <u>Masło</u> ekstra (07), Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Majeranek, Sól) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Krem z batata z kaszą kukurydzianą i mięsem, zabieleną 500g (01,03,09) (Woda, Pomidor b/s, Włoszczyzna (09), Kasza kukurydziana, Śmietana wegańska 15% , Batat, Mięso z ud kurczaka, Śmietana wegańska 15% , Groszek ptysiowy (01,03), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Papryka, Tymianek) Kompot wieloowocowy 250g (Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) (<u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa marchwianka z ryżem i żółtkiem 621g (03) (Marchew, Woda, Ryż biały, Żółtko <u>jaja</u> kurzego (03), Sól) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Sok przecierowy 300g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2472.26 kcal, B: 67.89 g, T: 93.41 g, W: 361.58 g, Błonnik [g]: 43.68, Cukier [g]: 78.68, Sód [mg]: 2879.78, Kwasy tł. nas. [g]: 22.45</p>	<p>Płatki jęczmienne na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Oliwa z oliwek)</i> Pomidor 100g Sałata 15g Masło roślinne MR 20g Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami 401g (09,01) <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Chleb pszenny (01), Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana wegańska 15%, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana wegańska 15%, Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy na bazie napoju roślinnego 200g <i>(Napój jaglany, Mąka ziemniaczana)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło roślinne MR 20g Wędlina drobiowa 60g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pudding ryżowy na napoju jaglanym (150g) z owocami (50g) 200g <i>(Napój jaglany, Banan, Ryż biały)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2252.43 kcal, B: 85.89 g, T: 91.31 g, W: 289.85 g, Błonnik [g]: 38.26, Cukier [g]: 96.03, Sód [mg]: 2619.1, Kwasy tł. nas. [g]: 43.17</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami bezglutenowymi 401g (09) <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Chleb bezglutenowy, Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% , Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (03) <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana wegańska 15% , Koperek, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2335.86 kcal, B: 87.47 g, T: 95 g, W: 302.56 g, Błonnik [g]: 40.95, Cukier [g]: 87.54, Sód [mg]: 2763.57, Kwasy tł. nas. [g]: 48.1</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami 401g (09,01) <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Chleb pszenny (01), Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana wegańska 15%, Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 150g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana wegańska 15%, Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 200g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i></p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2097.75 kcal, B: 85.73 g, T: 78.32 g, W: 278.23 g, Błonnik [g]: 31.07, Cukier [g]: 78.12, Sód [mg]: 2181.59, Kwasy tł. nas. [g]: 39.04</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Jaja kurze całe 100g (03) Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 200g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka truskawkowa 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2177.69 kcal, B: 92.05 g, T: 74.75 g, W: 297.88 g, Błonnik [g]: 26.74, Cukier [g]: 83.79, Sód [mg]: 2637.3, Kwasy tł. nas. [g]: 38.75</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i> Kalafior 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 200g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka truskawkowa 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Sałata 30g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2121.11 kcal, B: 88.38 g, T: 80.38 g, W: 280.11 g, Błonnik [g]: 37.47, Cukier [g]: 77.83, Sód [mg]: 2190.9, Kwasy tł. nas. [g]: 39.43</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe</i>) Jaja kurze całe 100g (03) Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g (<i>Śmietana wegańska 15% , Pierś z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda</i>) Ryż brązowy 200g Surówka z buraków i jabłka 100g (<i>Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól</i>) Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g (<i>Brokuły, Oliwa z oliwek</i>) Kompot wielowocowy (bez cukru) 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona)</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka truskawkowa bez cukru 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2087.05 kcal, B: 103.7 g, T: 59.48 g, W: 298.4 g, Błonnik [g]: 27.94, Cukier [g]: 84.99, Sód [mg]: 2965.75, Kwasy tł. nas. [g]: 22.68</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) (<i>Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe</i>) Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) (<i>Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa</i>) Kalafior 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Jabłko parowane 160g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól</i>) Potrawka z kurczaka - gotowana 150g (<i>Pierś z kurczaka, Woda, Cukinia, Kalafior</i>) Ryż biały 200g Buraki na ciepło 100g (<i>Buraki, Sól</i>) Kompot z owoców mieszanych 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka truskawkowa 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Serek twarogowy, ziarnisty 80g (07) Kalafior 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa E: 2561.29 kcal, B: 114.45 g, T: 106.21 g, W: 300.6 g, Błonnik [g]: 27.02 , Cukier [g]: 86.27 , Sód [mg]: 3470.9 , Kwasy tł. nas. [g]: 55.76	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Pasta z białek jaj i szynki 80g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i> Kalafior 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb pszenny 90g (01) Herbata czarna 250g Serek śmietankowy naturalny 80g (07)	Jabłko parowane 160g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piersz z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 200g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 200g	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 80g (07) Sałata 30g Herbata czarna 250g Wędlina wieprzowa 60g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g
21-30.05.2026 dieta papkowata E: 1953.48 kcal, B: 87.22 g, T: 58.26 g, W: 282.11 g, Błonnik [g]: 23.58 , Cukier [g]: 73.5 , Sód [mg]: 1579.28 , Kwasy tł. nas. [g]: 26.76	Kasza manna na mleku z miodem i masłem 400g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01), Miód pszczeli, Masło ekstra (07))</i> Serek wiejski naturalny 150g (07) Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piersz z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 200g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 200g	Zupa koperkowa z ryżem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Mus bananowy 130g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
<p>21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1446.33 kcal, B: 90.49 g, T: 41.49 g, W: 188.77 g, Błonnik [g]: 20.68, Cukier [g]: 65.76, Sód [mg]: 1449.06, Kwasy tł. nas. [g]: 14.56</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Zupa ziemniaczana z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Udziec indyka, Ziemiaki, Żółtko jaja kurzego (03), Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus jabłkowy 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Udziec indyka, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Szpinak, Żółtko jaja kurzego (03), Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa koperkowa z ryżem, mięsem gotowanym i żółtkiem 500g (09,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ryż biały, Mięso z indyka gotowane, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana wegańska 15%, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Dżem jagodowy niskosłodzony 50g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta bezmleczna</p> <p>E: 2081.65 kcal, B: 63.52 g, T: 81.83 g, W: 290.76 g, Błonnik [g]: 34.62, Cukier [g]: 70.55, Sód [mg]: 2294.07, Kwasy tł. nas. [g]: 20.99</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki orkiszowe na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Jaja kurze całe 100g (03)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Chleb mieszany 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mandarynki 70g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemiaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g <i>(Śmietana wegańska 15%, Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i></p> <p>Ryż biały 200g</p> <p>Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretka truskawkowa 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło roślinne MR 20g</p> <p>Pasta warzywna 80g</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Banan 130g</p>

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

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2051.25 kcal , B: 76.92 g , T: 79.39 g , W: 272.56 g , Błonnik [g]: 29.39 , Cukier [g]: 81.38 , Sód [mg]: 2238.29 , Kwasy tł. nas. [g]: 38.86	Kasza kukurydziana na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i> Jaja kurze całe 100g (03) Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 90g Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 150g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 200g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 200g	Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2129.5 kcal , B: 81.95 g , T: 78.09 g , W: 292.91 g , Błonnik [g]: 35.67 , Cukier [g]: 80.51 , Sód [mg]: 2563.3 , Kwasy tł. nas. [g]: 37.22	Płatki orkiszowe na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Jaja kurze całe 100g (03) Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka wegetariańska (gotowanie) 150g (09) <i>(Marchew, Seler korzeniowy (09), Soczewica czerwona, Śmietana wegańska 15% , Pietruszka, Woda, Olej rzepakowy, Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i> Ryż biały 200g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 200g	Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 80g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa</p> <p>E: 2477.31 kcal, B: 74.93 g, T: 89.91 g, W: 365.41 g, Błonnik [g]: 40.51, Cukier [g]: 88.48, Sód [mg]: 3376.9, Kwasy tł. nas. [g]: 34.29</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Papryka czerwona 100g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna</p> <p>E: 2521.13 kcal, B: 88.42 g, T: 81.97 g, W: 372.77 g, Błonnik [g]: 29.99, Cukier [g]: 89.22, Sód [mg]: 2551.49, Kwasy tł. nas. [g]: 35.08</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Marchewka mini 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>E: 2539.99 kcal, B: 104.74 g, T: 113.06 g, W: 302.45 g, Błonnik [g]: 46.92, Cukier [g]: 86.18, Sód [mg]: 3841.66, Kwasy tł. nas. [g]: 45.12</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Salata z oliwą i warzywami 75g <i>(Ogórek świeży, Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Sałata 30g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>twarożek truskawkowy z otrębami i bananem 273g (07,01) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Banan, Truskawki, Otręby żytnie (01))</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</p> <p>E: 2460.69 kcal, B: 89.27 g, T: 74.84 g, W: 372.8 g, Błonnik [g]: 29.99, Cukier [g]: 89.36, Sód [mg]: 2597.19, Kwasy tł. nas. [g]: 20.69</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Marchewka mini 100g Masło roślinne MR 20g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i> Pomidor b/s 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2721.17 kcal, B: 116.26 g, T: 89.05 g, W: 379.03 g, Błonnik [g]: 30.12, Cukier [g]: 94.33, Sód [mg]: 2622.31, Kwasy tł. nas. [g]: 39.27</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Pasta mięsna 80g <i>(Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy)</i></p> <p>Marchewka mini 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pszenny 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Koperek)</i></p> <p>Pomidor b/s 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p> <p>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 80g (07)</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
<p>21-30.05.2026 dieta papkowata</p> <p>E: 2394.57 kcal, B: 86.16 g, T: 87.36 g, W: 330.24 g, Błonnik [g]: 29.75, Cukier [g]: 99.6, Sód [mg]: 2846.29, Kwasy tł. nas. [g]: 31.39</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Płatki jaglane na mleku z miodem i masłem 400g (07) (<i>Mleko</i> spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Miód pszczeli, Płatki jaglane) Pasta mięsna 150g (<i>Szynka wieprzowa, Marchew, Olej rzepakowy</i>) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>) Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) (<i>Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz</i>) Ziemniaki z koperkiem 200g (<i>Ziemniaki, Koperek, Sól</i>) Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g (<i>Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek</i>) Kompot wieloowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) (<i>Woda, Ziemniaki, Szynka wieprzowa, Śmietana węgierska 15%, Masło ekstra (07), Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Majeranek, Sól</i>) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) (<i>Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki</i>)</p>
<p>21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona</p> <p>E: 1663.22 kcal, B: 54.49 g, T: 65.76 g, W: 224.86 g, Błonnik [g]: 26.2, Cukier [g]: 107.98, Sód [mg]: 1570.83, Kwasy tł. nas. [g]: 25.64</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Krem z białych warzyw z kaszą, żółtkiem i mięsem gotowanym 500g (07,03,09) (<i>Woda, Kalafior, Seler korzeniowy (09), Kasza kukurydziana, Pietruszka, Filety z kurczaka, Żółtko jaja kurzego (03), Śmietana, 12% tłuszczu (07), Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Mus bananowy 150g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną, mięsem i natką pietruszki, zabieleną 500g (09) (<i>Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Mięso z ud kurczaka, Śmietana węgierska 15%, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie</i>) Kompot wieloowocowy 250g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem gotowanym, zabieleną 500g (07) (<i>Woda, Ziemniaki, Szynka wieprzowa, Śmietana węgierska 15%, Masło ekstra (07), Marchew, Pietruszka, Liście laurowe, Olej rzepakowy, Majeranek, Sól</i>) Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Sok przecierowy 300g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
21-30.05.2026 dieta bezmleczna	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2425.01 kcal, B: 70.53 g, T: 93.13 g, W: 347.8 g, Błonnik [g]: 40.65, Cukier [g]: 67.34, Sód [mg]: 3496.63, Kwasy tł. nas. [g]: 21</p>	<p>Płatki jaglane na napoju jaglanym 300g <i>(Napój jaglany, Płatki jaglane)</i> Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Masło roślinne MR 20g Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło roślinne MR 20g Jaja kurze całe, gotowane 100g (03) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem roślinnym (150g) i owocami (50g): 200g (06) <i>(Jogurt naturalny sojowo (06), Ryż biały, Truskawki)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2436.31 kcal, B: 66.07 g, T: 93.08 g, W: 357.32 g, Błonnik [g]: 41.47, Cukier [g]: 81.18, Sód [mg]: 3342.4, Kwasy tł. nas. [g]: 34.21</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Ryba po grecku (duszenie) 150g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2611.09 kcal, B: 79.16 g, T: 100.16 g, W: 371.44 g, Błonnik [g]: 39.83, Cukier [g]: 83.06, Sód [mg]: 3524.9, Kwasy tł. nas. [g]: 37.27</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 300g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 400g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Kotlet jajeczny 120g (03,01) <i>(Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Koper, Olej rzepakowy, Pieprz ziołowy)</i> Ziemniaki z koperkiem 200g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i> Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i> Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

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

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa E: 2738.25 kcal, B: 105.58 g, T: 115.83 g, W: 338.46 g, Błonnik [g]: 38.68 , Cukier [g]: 99.13 , Sód [mg]: 3547.42 , Kwasy tł. nas. [g]: 53.22	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło ekstra 20g (07) Papryka czerwona 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Gruszka 130g	Obiad Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i cieciorką 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciorka, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Serek wiejski naturalny 150g (07) Wafle ryżowe 30g Pomidor 50g
21-30.05.2026 dieta łatwostrawna E: 2807.2 kcal, B: 107.43 g, T: 104.54 g, W: 374.07 g, Błonnik [g]: 28.51 , Cukier [g]: 113.97 , Sód [mg]: 3509.21 , Kwasy tł. nas. [g]: 51.78	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło ekstra 20g (07) Sałata 100g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Banan 130g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Kalafior 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Serek wiejski naturalny 150g (07) Wafle ryżowe 30g Pomidor b/s 50g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis		Sobota (2026-05-30)				
21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów E: 2822.98 kcal, B: 108.9 g, T: 121.83 g, W: 346.32 g, Błonnik [g]: 46.39 , Cukier [g]: 98.29 , Sód [mg]: 3547.85 , Kwasy tł. nas. [g]: 56.32	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Mleko owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło ekstra 20g (07) Papryka czerwona 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Gruszka 130g	Obiad Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciora, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż brązowy, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Pomarańcza 100g Kompot wielowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Wafle ryżowe 30g Masło ekstra 5g (07) Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomidor 50g
	21-30.05.2026 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu E: 2457.28 kcal, B: 101.15 g, T: 70.6 g, W: 368.77 g, Błonnik [g]: 28.16 , Cukier [g]: 115.36 , Sód [mg]: 2788.48 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.94	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło roślinne MR 20g Pomidor b/s 100g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Jabłko parowane 160g	Obiad Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Banan 130g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Chleb pszenny 90g (01) Masło roślinne MR 20g Potrawka z kurczaka - gotowana 80g <i>(Pierś z kurczaka, Woda, Cukinia, Kalafior)</i> Kalafior 100g Herbata czarna 250g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
21-30.05.2026 dieta bogatobiałkowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2928.2 kcal, B: 129.65 g, T: 108.04 g, W: 373.72 g, Błonnik [g]: 27.53 , Cukier [g]: 114.51 , Sód [mg]: 4081.01 , Kwasy tł. nas. [g]: 52.81	Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło ekstra 20g (07) Sałata 30g Chleb pszenny 100g (01) Herbata czarna 250g Pasta z białek jaj i sera 80g (03,07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Białko jaja kurzego (03))</i>	Jabłko parowane 160g	Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Banan 130g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Kecup 15g Kalafior 100g Herbata czarna 250g Wędlina drobiowa 60g	Serek wiejski naturalny 150g (07) Wafle ryżowe 30g Pomidor b/s 50g
21-30.05.2026 dieta papkowata	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
E: 2022.45 kcal, B: 108.84 g, T: 54.64 g, W: 282.61 g, Błonnik [g]: 23.04 , Cukier [g]: 107.6 , Sód [mg]: 2570.77 , Kwasy tł. nas. [g]: 27.21	Płatki owsiane na mleku z miodem i masłem 400g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01), Miód pszczeli, Masło ekstra (07))</i> Pasta z białek jaj i szynki 150g (03) <i>(Białko jaja kurzego (03), Wędlina wieprzowa)</i> Herbata czarna 250g	Jabłko parowane 160g	Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Mus bananowy 130g Kompot z owoców mieszanych 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Pierś z indyka, Włoszczyzna (09), Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Serek wiejski naturalny 150g (07) Mus owocowy 100% 50g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
21-30.05.2026 dieta płynna wzmocniona E: 1111.42 kcal, B: 81.86 g, T: 26.46 g, W: 143.44 g, Błonnik [g]: 19.35 , Cukier [g]: 57.73 , Sód [mg]: 1396.69 , Kwasy tł. nas. [g]: 9.71	Śniadanie Zupa zacierkowa z natką pietruszki 500g (09,01,03) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Jajka kurze całe (03), Mięso z ud kurczaka, Mąka pszenna, typ 550 (01), Liście laurowe, Pietruszka, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	II Śniadanie Mus jabłkowy 150g	Obiad Zupa krem z kalafiora z ziemniakami, żółtkiem i mięsem drobiowym 500g (09,03) <i>(Woda, Udziec indyka, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Żółtko jajka kurzego (03), Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Kompot wielowocowy 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)	Kolacja Krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem gotowanym 500g (09,01) <i>(Woda, Ziemniaki, Pierś z indyka, Włoszczyzna (09), Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Herbata czarna 250g	Dobry Posiłek Mus owocowy 100% 50g Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)
	21-30.05.2026 dieta bezmleczna E: 2790.81 kcal, B: 85.66 g, T: 106.07 g, W: 394.13 g, Błonnik [g]: 46.34 , Cukier [g]: 111.06 , Sód [mg]: 3373.54 , Kwasy tł. nas. [g]: 30.85	Śniadanie Płatki owsiane na napoju jaglanym 300g (01) <i>(Napój jaglany, Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło roślinne MR 20g Papryka czerwona 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g	II Śniadanie Gruszka 130g	Obiad Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i cieciorką 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciorka, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Napój jaglany, Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa owocowa 100g <i>(Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Podwieczorek* Mus jabłkowy 200g	Kolacja Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło roślinne MR 20g Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
21-30.05.2026 dieta bezglutenowa	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2776.36 kcal, B: 99.65 g, T: 119.67 g, W: 345.37 g, Błonnik [g]: 41.3, Cukier [g]: 101.4, Sód [mg]: 3786.56, Kwasy tł. nas. [g]: 53.33</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 300g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło ekstra 20g (07) Papryka czerwona 100g Chleb bezglutenowy 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i cieciorką 400g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciorka, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb bezglutenowy 90g Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 120g Ketchup 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Chleb bezglutenowy 60g Serek wiejski naturalny 150g (07) Pomidor 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
21-30.05.2026 dieta wegetariańska	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2662.31 kcal, B: 101.21 g, T: 104.21 g, W: 348.17 g, Błonnik [g]: 42.24, Cukier [g]: 103.1, Sód [mg]: 3413.25, Kwasy tł. nas. [g]: 43.41</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300g (07,01) (<i>Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01)</i>) Masło ekstra 20g (07) Twarożek ze szczypiorkiem 80g (07) (<i>Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Szczypiorek</i>) Papryka czerwona 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i cieciorką 400g (09) (<i>Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciorka, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie</i>) Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 300g (07) (<i>Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon</i>) Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) (<i>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki</i>) Surówka z marchwi i selera 100g (09) (<i>Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek</i>) Kompot z owoców mieszanych 200g (<i>Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier</i>)</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki sojowe 120g Kecup 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Wafle ryżowe 30g Pomidor 50g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2442.72 kcal, B: 78.91 g, T: 104.02 g, W: 319.61 g, Błonnik [g]: 39.43, Cukier [g]: 111.44, Sód [mg]: 2963.33, Kwasy tł. nas. [g]: 55.14</p>	<p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Makaron z serem białym na słońcu 280g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i></p> <p>Kapusta na ciepło (gotowanie) 100g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 60g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 300g</p>
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1355.57 kcal, B: 50.88 g, T: 58.07 g, W: 168.79 g, Błonnik [g]: 19.67, Cukier [g]: 57.71, Sód [mg]: 1787.56, Kwasy tł. nas. [g]: 28.98</p>	<p>Płatki żytnie na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 40g Papryka czerwona 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb żytni razowy 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Pomarańcza 50g</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Makaron z serem białym na słońcu 220g (01,07) <i>(Makaron bezjajeczny z semoliny (01), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i></p> <p>Kapusta na ciepło (gotowanie) 80g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 100g</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek typu Fromage, naturalny 40g (07) Pomidor 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Sok marchwiowo-bananowo-jabłkowy 100g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Czwartek (2026-05-21)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2708.84 kcal, B: 91.39 g, T: 120.8 g, W: 337.02 g, Błonnik [g]: 45.87, Cukier [g]: 90.83, Sód [mg]: 3237.92, Kwasy tł. nas. [g]: 62.16</p>	<p>Płatki żytnie na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki żytnie (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa brokułowa z ziemniakami i koperkiem 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brokuły, Koperek, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Makaron pełnoziarnisty z serem białym na słojo (gotowanie) 280g (07) <i>(Makaron penne pełnoziarnisty, Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Masło ekstra (07), Sól)</i> Kapusta na ciepło 75g <i>(Kapusta biała, Olej rzepakowy, Cebula, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Surówka z marchewki 75g <i>(Marchew, Olej rzepakowy, Sól)</i> Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Kisiel malinowy, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek typu Fromage, naturalny 60g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Płatki jaglane 30g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2421.84 kcal, B: 100.65 g, T: 113.78 g, W: 271.04 g, Błonnik [g]: 38.13, Cukier [g]: 50.25, Sód [mg]: 3820.87, Kwasy tł. nas. [g]: 46.88</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 120g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15%, Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ryż biały 180g Szpinak na gęsto (duszony) 100g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15%, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka jarzynowa 60g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1198.32 kcal, B: 58.92 g, T: 53.06 g, W: 130.9 g, Błonnik [g]: 16.7, Cukier [g]: 28.85, Sód [mg]: 2101.14, Kwasy tł. nas. [g]: 20.54</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 40g Ogórek świeży 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Mandarynki 35g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 250g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 100g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ryż biały 100g Szpinak na gęsto (duszony) 80g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 100g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Salatka jarzynowa 30g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 20g (07) Rzodkiewka 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Wafle ryżowe 10g Hummus pomidorowy 20g Rzodkiewka 20g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-22)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2470.79 kcal, B: 102.1 g, T: 118.26 g, W: 276.37 g, Błonnik [g]: 44.42, Cukier [g]: 50.92, Sód [mg]: 3748.01, Kwasy tł. nas. [g]: 47.48</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i> Wędlina wieprzowa 60g Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa solferino z ziemniakami i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Fasola szparagowa, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Brukselka, Kapusta biała, Koncentrat pomid. 30%, Pietruszka, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i> Morszczuk w sosie cytrynowo - śmietanowym (gotowanie) 120g <i>(Morszczuk, filet, świeży, Śmietana węgarska 15% , Cytryna, Pietruszka, Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Ryż brązowy 180g Szpinak na gęsto (duszony) 75g <i>(Szpinak, Śmietana węgarska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i cebuli z oliwą z oliwek 75g <i>(Kapusta kiszona, Marchew, Cebula, Oliwa z oliwek, Cukier, Pieprz)</i> Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Salatka jarzynowa 80g (03,10) <i>(Jaja kurze całe (03), Marchew, Pietruszka, Ziemniaki, Majonez (03,10), Cebula)</i> Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Hummus pomidorowy 80g Rzodkiewka 100g</p>

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

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

Jadłospis	Sobota (2026-05-23)					
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2069.7 kcal, B: 90.99 g, T: 75.71 g, W: 272.01 g, Błonnik [g]: 30.27, Cukier [g]: 59.26, Sód [mg]: 2744.36, Kwasy tł. nas. [g]: 36.98</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 130g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa grysikowa 350g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 120g (01) <i>(Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszena, typ 500 (01), Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki 180g</p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 100g <i>(Buraki, Sól)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretkę truskawkową 200g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek wiejski naturalny 100g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1085.09 kcal, B: 54.29 g, T: 35.2 g, W: 145.74 g, Błonnik [g]: 14.55, Cukier [g]: 35.61, Sód [mg]: 1567.5, Kwasy tł. nas. [g]: 14.66</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza kukurydziana na mleku 200g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 40g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 40g</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 30g (01)</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Gruszka 65g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa grysikowa 250g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 100g (01) <i>(Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszena, typ 500 (01), Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki 100g</p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 80g <i>(Buraki, Sól)</i></p> <p>Kompot wielowocowy 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Galaretkę truskawkową 100g</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Serek wiejski naturalny 40g (07)</p> <p>Ogórek świeży 40g</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Budyń śmietankowy (150g) z owocami (50g) 100g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Gruszka, Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-23)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2189.03 kcal, B: 103.69 g, T: 83.15 g, W: 273.47 g, Błonnik [g]: 32.49, Cukier [g]: 55.2, Sód [mg]: 3031.91, Kwasy tł. nas. [g]: 40.67</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza kukurydziana)</i></p> <p>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (03) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Majonez (03))</i></p> <p>Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb żytni razowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa grysikowa 350g (09,01) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza manna (01), Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Plastry schabu w sosie pieczeniowym (duszenie) 120g (01) <i>(Schab wieprzowy, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Cebula, Woda, Majeranek, Pieprz ziołowy, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki 180g</p> <p>Surówka "colesław" 75g (03,12) <i>(Kapusta biała, Marchew, Cebula, Cytryna, Majonez (03), Koperek, Miód pszczeli, Ocet winny (12))</i></p> <p>Buraki na ciepło (duszenie) 75g <i>(Buraki, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretka truskawkowa bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek wiejski naturalny 100g (07)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Pomarańcza 100g</p>

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

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

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2714.58 kcal, B: 88.22 g, T: 107.88 g, W: 369.87 g, Błonnik [g]: 41.59, Cukier [g]: 84.11, Sód [mg]: 2974.62, Kwasy tł. nas. [g]: 52.06</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 70g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 350g (07,01,03,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron czterojęczny (01,03), Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana wegańska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 90g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 180g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 100g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 60g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 1312.37 kcal, B: 46.07 g, T: 46.88 g, W: 187.27 g, Błonnik [g]: 19.6, Cukier [g]: 49.74, Sód [mg]: 1513.81, Kwasy tł. nas. [g]: 20.35</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 40g Ketchup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 5g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Banan 65g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 250g (07,01,03,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron czterojajeczny (01,03), Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana wegańska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 30g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 100g Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 80g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser twarogowy (twaróg) półtłusty 40g (07) Pomidor 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i musem owocowym (50g) 100g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Mus owocowy jabłko brzoskwinia)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Niedziela (2026-05-24)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2565.5 kcal, B: 91.07 g, T: 116.15 g, W: 310.79 g, Błonnik [g]: 42.19, Cukier [g]: 77.91, Sód [mg]: 3094.92, Kwasy tł. nas. [g]: 56.24</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Parówki drobiowe 70g Kecup 15g Ogórki konserwowe 100g (12,10) Masło ekstra 20g (07) Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem pełnoziarnistym 350g (07,09) <i>(Woda, Pieczarki, Włoszczyzna (09), Makaron pełnoziarnisty, Pietruszka, Masło ekstra (07), Śmietana węgierska 15%, Cebula, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pulpety wegetariańskie z soczewicą (gotowanie) 90g (01,03) <i>(Soczewica czerwona, Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Bułka tarta (01), Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Ziemniaki purée 180g Kalafior na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Kalafior, Oliwa z oliwek)</i> Surówka z czerwonej kapusty i jabłka 75g <i>(Kapusta czerwona, Jabłko, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz)</i> Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Sałatka z buraka sera fety i roszonek 80g (07) <i>(Buraki, Ser typu Feta (07), Roszponka, Oliwa z oliwek)</i> Ser żółty 40g (07) Pomidor 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Masło ekstra 5g (07) Jaja kurze całe, gotowane 50g (03) Ogórek świeży 100g</p>

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

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2512.42 kcal, B: 83.87 g, T: 96.32 g, W: 338.59 g, Błonnik [g]: 37.6, Cukier [g]: 126.54, Sód [mg]: 2955.36, Kwasy tł. nas. [g]: 46.43</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Hummus paprykowy 60g Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgierska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pampuchy z serem białym (gotowanie) 200g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszenna, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 100g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 200g</p>	<p>Chleb pszenny 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1437.05 kcal, B: 58.03 g, T: 56.01 g, W: 180.51 g, Błonnik [g]: 19.62, Cukier [g]: 68.7, Sód [mg]: 1658.24, Kwasy tł. nas. [g]: 25.77</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 200g (07) <i>(<u>Mleko</u> UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i> Hummus paprykowy 40g Pomidor 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Gruszka 65g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgarińska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Pampuchy z serem białym (gotowanie) 180g (01,07,03) <i>(<u>Jaja</u> kurze całe (03), <u>Mleko</u> spożywcze, 2% tłuszczu (07), <u>Ser twarogowy (twaróg)</u> półtłusty (07), Mąka <u>pszenna</u>, typ 500 (01), Żółtko <u>jaja</u> kurzego (03), Drożdże, <u>Masło</u> ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 40g (07) <i>(<u>Jogurt</u> naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 40g <i>(Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Cukier, Sól)</i> Kompot wieloowocowy 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Kisiel wiśniowy 100g</p>	<p>Chleb <u>pszenny</u> 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07) Musli bezglutenowe 20g</p>

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

Jadłospis	Poniedziałek (2026-05-25)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2542.39 kcal, B: 85.21 g, T: 99.48 g, W: 338.57 g, Błonnik [g]: 43.64, Cukier [g]: 127.23, Sód [mg]: 2942.3, Kwasy tł. nas. [g]: 46.66</p>	<p>Płatki gryczane na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki gryczane)</i></p> <p>Hummus paprykowy 80g Pomidor 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Ziemniaki, Ogórek kiszony, Śmietana węgierska 15%, Pietruszka, Pietruszka, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Pampuchy z serem białym (gotowanie) 200g (01,07,03) <i>(Jaja kurze całe (03), Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Ser twarogowy (twaróg) półtłusty (07), Mąka pszena, typ 500 (01), Żółtko jaja kurzego (03), Drożdże, Masło ekstra (07), Cukier, Cukier waniliowy)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z oliwą z oliwek 150g <i>(Mandarynki, Marchew, Jabłko, Oliwa z oliwek, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Kisiel malinowy, bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Ser żółty 40g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Musli bezglutenowe 50g</p>

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

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

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2123.49 kcal, B: 87.69 g, T: 86.91 g, W: 263.98 g, Błonnik [g]: 34.72, Cukier [g]: 51.08, Sód [mg]: 4264.24, Kwasy tł. nas. [g]: 38.88</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 60g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natka pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Bitki w sosie pieczeńiowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 100g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Sucharki 30g (01,07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% 50g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1132.92 kcal, B: 51.7 g, T: 44.23 g, W: 140.46 g, Błonnik [g]: 17.17, Cukier [g]: 30.89, Sód [mg]: 2364.71, Kwasy tł. nas. [g]: 16.57</p>	<p>Śniadanie</p> <p>Kasza manna na mleku 200g (01,07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Kasza manna (01))</i></p> <p>Jajecznicza ze szczypiorkiem 40g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i></p> <p>Rzodkiewka 40g</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01)</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>II Śniadanie</p> <p>Pomarańcza 50g</p>	<p>Obiad</p> <p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natka pietruszki 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż biały, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Bitki w sosie pieczeńiowym (duszenie) 100g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 100g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 80g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Cukier, Sól)</i></p> <p>Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Podwieczorek*</p> <p>Sucharki 15g (01,07)</p>	<p>Kolacja</p> <p>Chleb graham 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek kiszony 40g</p> <p>Herbata czarna 150g</p>	<p>Dobry Posiłek</p> <p>Serek wiejski naturalny 80g (07)</p> <p>Mus owocowy 100% 20g</p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Wtorek (2026-05-26)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2313.5 kcal, B: 105.49 g, T: 97.56 g, W: 275.41 g, Błonnik [g]: 41.72, Cukier [g]: 59.77, Sód [mg]: 4845.91, Kwasy tł. nas. [g]: 44.36</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Jajecznica ze szczypiorkiem 80g (03,07) <i>(Jaja kurze całe (03), Szczypiorek, Masło ekstra (07))</i></p> <p>Rzodkiewka 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa wielowarzywna z ryżem i natką pietruszki 351g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Zupa jarzynowa (09), Ryż brązowy, Liście laurowe, Pieprz, Pietruszka, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Bitki w sosie pieczeniowym (duszenie) 150g (01) <i>(Schab wieprzowy, Woda, Cebula, Olej rzepakowy, Mąka pszenna, typ 500 (01), Pieprz, Sól)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Mizeria z ogórka kiszzonego, cebuli i marchewki z olejem 75g <i>(Marchew, Ogórek kiszony, Cebula, Olej rzepakowy, Koperek, Sól)</i></p> <p>Surówka z pomidora z jogurtem natralnym i natką pietruszki 75g (07) <i>(Pomidor, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Pietruszka, Pieprz ziołowy, Sól)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01)</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Indyk 60g</p> <p>Ogórki konserwowe 100g (12,10)</p>	<p>Chleb graham 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Ogórek kiszony 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Gruszka 130g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2064.84 kcal, B: 76.5 g, T: 80.57 g, W: 277.06 g, Błonnik [g]: 38.55, Cukier [g]: 84.73, Sód [mg]: 2411.58, Kwasy tł. nas. [g]: 39.69</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g <u>(01,07)</u> <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i></p> <p>Pasta z tuńczyka 60g <u>(04,07)</u> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i></p> <p>Pomidor 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g <u>(07)</u> Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u> Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami 350g <u>(01,09)</u> <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana węgierska 15% , Chleb pszenny (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i></p> <p>Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 120g <u>(01,03)</u> <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana węgierska 15% , Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka)</i></p> <p>Kasza gryczana 180g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 100g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g <u>(07)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g <u>(01)</u> Masło ekstra 20g <u>(07)</u> Serek wiejski naturalny 100g <u>(07)</u> Ogórki konserwowe 100g <u>(12,10)</u> Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 200g <u>(07)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczerek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 1081.62 kcal, B: 43.88 g, T: 39.46 g, W: 147.64 g, Błonnik [g]: 21.04, Cukier [g]: 50.27, Sód [mg]: 1179.21, Kwasy tł. nas. [g]: 16.57</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 200g <u>(01,07)</u> <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 40g <u>(04,07)</u> <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor 40g Sałata 15g Masło ekstra 5g <u>(07)</u> Chleb żytni razowy 30g <u>(01)</u> Herbata czarna 150g</p>	<p>Jabłko 80g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami 250g <u>(01,09)</u> <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana węgarska 15% , Chleb pszenny (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety wegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 100g <u>(01,03)</u> <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana węgarska 15% , Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziółowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 100g Marchewka julienne gotowana polana oliwą 80g <i>(Marchewka julienne, Oliwa z oliwek)</i> Kompot wieloowocowy 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 100g <u>(07)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 30g <u>(01)</u> Masło ekstra 5g <u>(07)</u> Serek wiejski naturalny 40g <u>(07)</u> Ogórki konserwowe 40g <u>(12,10)</u> Sałata 15g Herbata czarna 150g</p>	<p>Pudding ryżowy na mleku (150g) z owocami (50g): 100g <u>(07)</u> <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Banan, Ryż biały)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	środa (2026-05-27)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2325.41 kcal, B: 97.33 g, T: 95.87 g, W: 289.8 g, Błonnik [g]: 42.35, Cukier [g]: 71.97, Sód [mg]: 3585.46, Kwasy tł. nas. [g]: 45.35</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 250g (01,07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jęczmienne (01))</i> Pasta z tuńczyka 80g (04,07) <i>(Tuńczyk w sosie własnym (w wodzie) (04), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07))</i> Pomidor 100g Sałata 15g Masło ekstra 20g (07) Chleb żytni razowy 90g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Jabłko 160g</p>	<p>Krem z papryki z grzankami razowymi 351g (01,09) <i>(Woda, Papryka czerwona, Pomidor, Włoszczyzna (09), Cebula, Śmietana wegańska 15% , Chleb żytni razowy (01), Oliwa z oliwek, Pietruszka, Czosnek, Papryka, Tymianek)</i> Pulpety warzywno-vegetariańskie w sosie koperkowym (gotowanie) 120g (01,03) <i>(Marchew, Pietruszka, Jaja kurze całe (03), Cieciora, Woda, Śmietana wegańska 15% , Bułka tarta (01), Koperek, Pieprz ziołowy, Pietruszka)</i> Kasza gryczana 180g Surówka z białej kapusty 75g <i>(Kapusta biała, Marchew, Olej rzepakowy, Cebula, Pieprz, Sok z cytryny, Sól)</i> Szpinak na gęsto (duszony) 75g <i>(Szpinak, Śmietana wegańska 15% , Olej rzepakowy, Pieprz, Sól)</i> Kompot wielowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Budyń śmietankowy, bez cukru 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 2% tłuszczu (07), Budyń śmietankowy bez cukru)</i></p>	<p>Chleb żytni razowy 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek wiejski naturalny 100g (07) Ogórki konserwowe 100g (12,10) Sałata 15g Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g Masło ekstra 5g (07) Wędlina wieprzowa 60g Papryka czerwona 100g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat) E: 1972.58 kcal, B: 78.11 g, T: 74.16 g, W: 263.11 g, Błonnik [g]: 29.49 , Cukier [g]: 74.06 , Sód [mg]: 2019.24 , Kwasy tł. nas. [g]: 36.92	Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Jaja kurze całe 100g (03) Ogórek świeży 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb mieszany 90g (01) Herbata czarna 250g	Mandarynki 70g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 120g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 180g Surówka z buraków i jabłka 100g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 200g	Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 60g (07) Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07) Banan 130g
21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata) E: 993.14 kcal, B: 44.21 g, T: 33.24 g, W: 137.26 g, Błonnik [g]: 15.48 , Cukier [g]: 44.21 , Sód [mg]: 1101.23 , Kwasy tł. nas. [g]: 15.21	Płatki orkiszowe na mleku 200g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i> Jaja kurze całe 40g (03) Ogórek świeży 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb mieszany 30g (01) Herbata czarna 150g	Mandarynki 35g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i> Potrąwka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 100g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i> Ryż biały 100g Surówka z buraków i jabłka 80g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i>	Galaretka truskawkowa 100g	Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Serek twarogowy , ziarnisty 40g (07) Papryka czerwona 40g Herbata czarna 150g	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 80g (07) Banan 65g

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Czwartek (2026-05-28)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 1977.53 kcal, B: 80.33 g, T: 75.11 g, W: 262.84 g, Błonnik [g]: 34.92, Cukier [g]: 72.08, Sód [mg]: 1986.92, Kwasy tł. nas. [g]: 37.21</p>	<p>Płatki orkiszowe na mleku 250g (07) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki orkiszowe)</i></p> <p>Jaja kurze całe 100g (03)</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Chleb mieszany 90g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Mandarynki 70g</p>	<p>Zupa szpinakowa z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Szpinak, Ziemniaki, Koperek, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Potrąka z kurczaka z marchewką i groszkiem (gotowana) 120g <i>(Śmietana wegańska 15% , Piers z kurczaka, Marchew z groszkiem, Woda)</i></p> <p>Ryż brązowy 180g</p> <p>Surówka z buraków i jabłka 75g <i>(Buraki, Cebula, Jabłko, Olej rzepakowy, Sok z cytryny, Pieprz, Sól)</i></p> <p>Brokuł na parze z oliwą z oliwek 75g <i>(Brokuły, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wielowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Galaretka truskawkowa bez cukru 200g</p>	<p>Chleb graham (pszenica) 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Serek twarogowy, ziarnisty 60g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 150g (07)</p> <p>Banan 130g</p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)</p> <p>E: 2313.12 kcal, B: 66.98 g, T: 82.22 g, W: 347.53 g, Błonnik [g]: 37.58, Cukier [g]: 82.19, Sód [mg]: 3101.67, Kwasy tł. nas. [g]: 32.64</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 60g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 120g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 100g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 30g (01,03)</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 200g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1198.12 kcal, B: 39.02 g, T: 42.22 g, W: 177.11 g, Błonnik [g]: 19.66, Cukier [g]: 48.43, Sód [mg]: 1543.62, Kwasy tł. nas. [g]: 13.04</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 200g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 40g Ogórek kiszony 40g Masło ekstra 5g (07) Chleb graham 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Banan 65g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 250g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 100g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Cukier, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 100g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 80g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Biszkopty 15g (01,03)</p>	<p>Chleb graham 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 40g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Ryż z jogurtem (150g) i owocami (50g) 100g (07) <i>(Ryż biały, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p>

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

** Do każdego posiłku podawana jest woda

Jadłospis	Piątek (2026-05-29)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2403.27 kcal, B: 97.64 g, T: 107.18 g, W: 287.39 g, Błonnik [g]: 44.65, Cukier [g]: 81.17, Sód [mg]: 3710.06, Kwasy tł. nas. [g]: 43.57</p>	<p>Płatki jaglane na mleku 250g (07) <i>(Mleko spożywcze, 3,2% tłuszczu (07), Płatki jaglane)</i></p> <p>Hummus pomidorowy 80g Ogórek kiszony 100g Masło ekstra 20g (07) Chleb graham 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Banan 130g</p>	<p>Zupa dyniowa z kaszą jaglaną i natką pietruszki 350g (09) <i>(Woda, Włoszczyzna (09), Kasza jaglana, Dynia, Olej rzepakowy, Pietruszka, Liście laurowe, Pieprz, Sól, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryba po grecku (duszenie) 120g (04) <i>(Dorsz, świeży, filety bez skóry (04), Cebula, Woda, Pietruszka, Marchew, Koncentrat pomid. 30%, Olej rzepakowy, Papryka, Ziele angielskie, Pieprz)</i></p> <p>Ziemniaki z koperkiem 180g <i>(Ziemniaki, Koperek, Sól)</i></p> <p>Fasolka szparagowa na parze polana oliwą z oliwek 75g <i>(Fasola szparagowa, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Salata z oliwą i warzywami 75g <i>(Ogórek świeży, Papryka czerwona, Pomidor, Sałata, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Chleb graham (pszenica) 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Ser żółty 40g (07) Rzodkiewka 100g Sałata 30g</p>	<p>Chleb graham 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60g (07) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Rzodkiewka, Szczypiorek)</i></p> <p>Papryka czerwona 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>twarożek truskawkowy z otrębami i bananem 273g (07,01) <i>(Ser twarogowy (twaróg) chudy (07), Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Banan, Truskawki, Otręby żytnie (01))</i></p>

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

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 3-18 lat)	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>E: 2517.08 kcal, B: 96.92 g, T: 102.56 g, W: 320.96 g, Błonnik [g]: 37.24, Cukier [g]: 94.09, Sód [mg]: 3202.85, Kwasy tł. nas. [g]: 48.48</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 60g Masło ekstra 20g (07) Papryka czerwona 100g Chleb orkiszowy 100g (01) Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i cieciorką 350g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciorka, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 280g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 200g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01) Masło ekstra 20g (07) Parówki drobiowe 70g Kecup 15g Ogórek świeży 100g Herbata czarna 250g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 150g (07) Wafle ryżowe 30g Pomidor 50g</p>

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

Powiatowy Zespół Szpitali przy ul. Armii Krajowej 1 w Oleśnicy

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa (oddział pediatryczny 1-3lata)</p> <p>E: 1310.55 kcal, B: 50.6 g, T: 46.16 g, W: 182.54 g, Błonnik [g]: 18.31, Cukier [g]: 57.04, Sód [mg]: 1646.11, Kwasy tł. nas. [g]: 20.08</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 200g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i> Wędlina wieprzowa 40g Masło ekstra 5g (07) Papryka czerwona 40g Chleb orkiszowy 30g (01) Herbata czarna 150g</p>	<p>Gruszka 65g</p>	<p>Zupa krem z kalafiora z ziemniakami i cieciorką 250g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciorka, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i> Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 220g (07) <i>(Ryż biały, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cukier waniliowy, Cukier, Cynamon)</i> Polewa jogurtowo - owocowa 40g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i> Surówka z marchwi i selera 40g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i> Kompot z owoców mieszanych 150g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona), Cukier)</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 30g (01) Masło ekstra 5g (07) Parówki drobiowe 40g Kecup 15g Ogórek świeży 40g Herbata czarna 150g</p>	<p>Serek wiejski naturalny 40g (07) Wafle ryżowe 15g Pomidor 20g</p>

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

Jadłospis	Sobota (2026-05-30)					
	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Podwieczorek*	Kolacja	Dobry Posiłek
<p>21-30.05.2026 dieta podstawowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (3-18 lat)</p> <p>E: 2599.94 kcal, B: 100 g, T: 108.42 g, W: 328.77 g, Błonnik [g]: 44.49, Cukier [g]: 93.74, Sód [mg]: 3205.22, Kwasy tł. nas. [g]: 51.56</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 250g (07,01) <i>(Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Płatki owsiane (01))</i></p> <p>Wędlina wieprzowa 60g</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Papryka czerwona 100g</p> <p>Chleb orkiszowy 100g (01)</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Gruszka 130g</p>	<p>Zupa krem z kalafiora z ziemniakami 350g (09) <i>(Woda, Ziemniaki, Kalafior, Włoszczyzna (09), Cieciora, Cukier, Koperek, Sól, Liście laurowe, Ziele angielskie)</i></p> <p>Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem 280g (07) <i>(Ryż brązowy, Jabłka pieczone, Mleko UHT, 3,2% tłuszczu (07), Cynamon)</i></p> <p>Polewa jogurtowo - owocowa 100g (07) <i>(Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (07), Truskawki)</i></p> <p>Surówka z marchwi i selera 100g (09) <i>(Seler korzeniowy (09), Marchew, Oliwa z oliwek)</i></p> <p>Pomarańcza 100g</p> <p>Kompot wieloowocowy (bez cukru) 250g <i>(Woda, Mieszanka kompotowa (aronia, jabłko, śliwka bez pestki, porzeczka czerwona))</i></p>	<p>Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 200g (07)</p>	<p>Chleb pełnoziarnisty z żyta 90g (01)</p> <p>Masło ekstra 20g (07)</p> <p>Parówki drobiowe 70g</p> <p>Ketchup 15g</p> <p>Ogórek świeży 100g</p> <p>Herbata czarna 250g</p>	<p>Wafle ryżowe 30g</p> <p>Masło ekstra 5g (07)</p> <p>Serek wiejski naturalny 150g (07)</p> <p>Pomidor 50g</p>

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

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

Drogi Pacjencie!

W naszej kuchni używa się zboża zawierające: gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy.

Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów.

Ze względu na sezonowość, wymiennie podawane są owoce:

- **sezon zima/wiosna:** mandarynka, pomarańcza, banan, gruszka, jabłko,
- **sezon lato/jesień:** truskawka, morela, brzoskwinia, nektarynka, arbuz, śliwka, jabłko, mandarynka, pomarańcza, banan, gruszka.

W jadłospisie cyframi zaznaczono alergeny występujące w posiłkach, zgodnie z rozporządzeniem 1169/2011. Oto wykaz wszystkich alergenów:

1. **Zboża zawierające gluten** (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne.
2. **Skorupiaki** i produkty pochodne.
3. **Jaja** i produkty pochodne.
4. **Ryby** i produkty pochodne.
5. **Orzeszki ziemne (arachidowe)** i produkty pochodne.
6. **Soja** i produkty pochodne.
7. **Mleko** i produkty pochodne (łącznie z laktozą).
8. **Orzechy**, tj. migdały, orzechy laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacjowe, makadamia.
9. **Seler** i produkty pochodne.
10. **Gorczyca** i produkty pochodne.
11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne.
12. **Dwutlenek siarki i siarczyny** w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr (często oznaczane jako SO₂).
13. **Łubin** i produkty pochodne.
14. **Mięczaki** i produkty pochodne.

Nasze jadłospisy opracowuje dietetyk mgr inż. Anna Motak

Uwaga! Niniejszy załącznik stanowi integralną część jadłospisu stanowiącą informację dla pacjentów szpitala.

Dietetyk
mgr inż. Anna Motak

