

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Salatka z papryki i rukoli 150g 150g (2), Pasta z twarogu rzodkiewki i szczypiorku 80g 80g (2), chleb zwykły 2kr 100g, Chleb razowy 1kr 30g (2), masłomini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1,45 6 12,50), Ciasto drożdżowe 70g 70g (1,24),	zupa barszcz czerwony 300ml 300ml (1,456 12,50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, kisiel - kompot 250 250ml,	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,45), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 100g, masło rolnicze 55% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
		Posiłek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: 2239,62kcal; 77,74g; 75,76g; 318,31g; 206,29mg; 13,3mg; 462,39mg; 6,8g; 83,27g; 39,14g; 29,27g; 63,86g; 2729,83mg; 3924,95mg; 1189,21mg

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1,456 12,50), chleb zwykły 3kromki 90g, masłomini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (2), Ciasto drożdżowe 70g 70g (1,24),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1,456 12,50), marchewoprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), bukiet królewski 150g 150g (2),	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,45), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: 2243,82kcal; 77,91g; 86,46g; 295,29g; 149,09mg; 12,93mg; 490,42mg; 6,26g; 83,59g; 44,79g; 30,02g; 65,14g; 2515,71mg; 3881,89mg; 1135,78mg

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy 6		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 90g (2), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1,456 12,50), Salatka z papryki i rukoli 150g 150g (2), masło mini 10g 10g,	zupa barszcz czerwony 300ml 300ml (1,456 12,50), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	Pomidor 100g 100g, salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,45), chleb razowy 60g 2kr 45g (2), masło rolnicze 55% 20g, kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml,
II niadanie: Jogurt naturalny 1szt 1 szt (2), mus owocowy 100g 100ml,		Posiłek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: 1755,25kcal; 67,78g; 58,3g; 246,49g; 202,6mg; 12,17mg; 363,32mg; 6,28g; 99,7g; 28,64g; 30,21g; 77,91g; 2508,34mg; 4003,67mg; 1212,94mg

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Dem 25g 25g, chleb zwykły 3kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (2), Schab pieczony 45g 3 platy 45g (1,456 12,50), banan 200g 200g, Ciasto drożdżowe 70g 70g (1,24),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1,456 12,50), marchewoprószana 150g 150g (2), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Sos musztardowy 100ml 100g (1,4),	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,45), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
		Posiłek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: 2073,42kcal; 80,12g; 58,71g; 320,25g; 140,01mg; 12,82mg; 418,62mg; 6,22g; 113,57g; 26,64g; 27,62g; 80,45g; 2494,77mg; 4341,88mg; 1163,12mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masłomini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4), Rzodkiewka 40g 40g,	zupa brokułowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Sos neapolitański z pieczarkami i dłym serem 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), Makaron spaghetti 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Mandarynka 1 szt 80g,	Kielbaski delikatesowe cienkie 2 szt 100g, Pomidor 100g 100g, masło ro 1 55% 20g, Salátka z makaronem ryowym ogórkami koperkiem 100g 100g (2,4), chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, musztarda 25g, Salátka 18g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 2146,64kcal : 84,9g : 80,66g : 274,09g : 137,67mg : 11,44mg : 257,44mg : 812g : 60,3g : 40,66g : 23,84g : 31,22g : 3251,65mg : 3222,9mg : 1498,64mg

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, szynka wileńska 30g / 2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masłomini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4),	zupa grycikowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Makaron spaghetti 200g 200g, Sos neapolitański łatwostrawny 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,	Salátka z makaronem ryowym ogórkami koperkiem 100g 100g (2,4), kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło ro 1 55% 20g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 2027,78kcal : 70,94g : 58,59g : 307,93g : 94,11mg : 10,07mg : 221,95mg : 6,99g : 68,68g : 31,98g : 23,43g : 33,98g : 2805,31mg : 3280,66mg : 1324,55mg

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy 6		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), Salátka z pomidorami i dederzyc 120g 120g (2), szynka wileńska 30g / 2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4),	zupa brokułowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), makaron pełnoziarnisty 200g 200g, Sos neapolitański z pieczarkami i dłym serem 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Mandarynka 1 szt 80g,	masło ro 1 55% 20g, Pomidor 100g 100g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml, Kielbaski delikatesowe cienkie 2 szt 100g, musztarda 25g,
II niadanie: Kromka chleba raz. z w. dlin. i rzodkiewk 40g (2),		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 2136,76kcal : 86,34g : 83,27g : 269,47g : 145,67mg : 13,37mg : 258,02mg : 9,65g : 56,82g : 40,95g : 34,48g : 27,52g : 3854,15mg : 3713,97mg : 1666,54mg

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), Ser topiony 33g 33g (4), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka wileńska 60g / 3pl 60g,	zupa grycikowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Makaron spaghetti 200g 200g, Sos neapolitański łatwostrawny 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,	Salátka z makaronem ryowym tuńczykiem ogórkami koperkiem 80g 100g (2,4), szynka z indyka 60g / 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salátka 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Biskopty 5 szt 15g (1,2), masło ro 1 55% 20g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 2072,44kcal : 82,17g : 50,76g : 325,08g : 78,09mg : 10,4mg : 252,26mg : 7,64g : 78,89g : 26,96g : 22,83g : 46,56g : 3063,39mg : 3208,35mg : 1411,42mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
nieдіa 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kakao 250ml 250 ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), masłomini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, Chlebrazowy 1kr 30g (2), Pomidor 100g 100g, ser dty 2pl 30g (2),	rosol z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Kotlet De Volaille ze szpinak 130g 130g (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), Salata dipem jogi ogorkiem 150g 150g (2),	salatka z buraczka, jablka i rukoli 120g 120g (4,7), chleb zwykly 3 kromki 90g, maslo ro l 55% 20g, Salata 18g, szynka wile ska 30g/2pl 30g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Serek topiony trojk. tszt. 1 szt,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

Warto ci od ycze : 2351.02kcal; : 109.51g : 90.51g : 277.97g : 114.34mg : 13.07mg : 513.68mg : 7.87g : 79.24g : 38g : 23.06g : 56.3g : 3144.18mg : 3850.29mg : 1706.98mg

nieдіa 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
Kakao 250ml 250 ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), ser dty 2pl 30g (2), masłomini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykly 3 kromki 90g, Salata 18g,	rosol z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), kotlet De volaille ze szpinakiem duszony 130g 130g (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), kisiel - kompot 250 250ml, marchew opraszana 150g 150g (2),	salatka z buraczka, jablka i rukoli 120g 120g (4,7), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

Warto ci od ycze : 2248.96kcal; : 109.18g : 83.31g : 269.66g : 99.39mg : 12.33mg : 517.84mg : 7.77g : 83.64g : 36.48g : 24.39g : 59.77g : 3105.43mg : 3936.41mg : 1579.83mg

nieдіa 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6		
Kakao 250ml 250 ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), masłomini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Pomidor 100g 100g, Papryka wie a 60g 60g, ser dty 15g 1pl 15g (2),	rosol z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), Kotlet De volaille duszony 130g 130g (1,2,4), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Salata dipem jogi ogorkiem 150g 150g (2), sos koperkowy 100ml 100ml (2),	Salatka z papryki i rukoli 150g 100g (2), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, maslo ro l 55% 20g, Salata 18g, Herbata b c 250ml 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (2),
II niadanie kromka chleba razowego z szynk, ogorkiem wie ym 65g 65g (2), kefir 150ml 200ml (2),		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od ycze : 2223.32kcal; : 105.91g : 88.81g : 257.8g : 239.92mg : 14.28mg : 537.55mg : 7.27g : 79.37g : 46.41g : 30.96g : 45.9g : 2905.41mg : 4354.66mg : 1826.97mg

nieдіa 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Kakao 250ml 250 ml (2), Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (2,4), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykly 3 kromki 90g,	rosol z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), Kotlet De volaille duszony 130g 110g (1,2,4), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jablko pieczone 150g 120g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), marchew opraszana 150g 150g (2),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykly 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Budy 250g 250ml (2), D em 25g 25g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

Warto ci od ycze : 2193.41kcal; : 102.58g : 56.33g : 332.22g : 105.84mg : 11.36mg : 367.03mg : 6.44g : 125.57g : 28.11g : 25.65g : 78.99g : 2574.33mg : 3948.64mg : 1539.75mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
pasta z warzywi fileta drob. 80g 80g (245), płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4), chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3platy 45g (145612502), Papryka wie a 60g 60g,	Zupa z soczewic i ziemniakami. 350ml (145612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Kapusta modra 150g 150g (145612502), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (1),	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 15% 20g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Warto ci od wcz: : 2185.05 kcal : 90.03 g : 78.01 g : 288.26 g : 281.72 mg : 12 mg : 249.17 mg : 6.77 g : 61.49 g : 28.8 g : 31.03 g : 27.5 g : 2706.37 mg : 3844.74 mg : 1392.08 mg

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4), pasta z warzywi fileta drob. 80g 80g (245), Schab pieczony 45g 3platy 45g (145612502), chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa pomidorowa z zacierk 350ml 350ml (145612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 150g (1), bukiet królewski 150g 150g (1), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250 ml,	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 15% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Warto ci od wcz: : 2163.77 kcal : 97.44 g : 71.87 g : 289.99 g : 194.96 mg : 12.99 mg : 285.82 mg : 6.63 g : 55.77 g : 32.02 g : 32.32 g : 23.52 g : 2649.41 mg : 3866.39 mg : 1439.07 mg

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy 6		
pasta z warzywi fileta drob. 80g 80g (245), płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4), chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Schab pieczony 45g 3platy 30g (145612502), Papryka wie a 60g 60g,	Zupa z soczewic i ziemniakami. 350ml (145612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), ry br zowy 200g 200g, Kapusta modra 150g 150g (145612502), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (1),	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, masło ro 15% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g, jajko na twardo 1szt 1szt (1),
II niadanie: kromka chleba razowego z w dlin 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60g (1),		Posilek nocny: Grahanka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Warto ci od wcz: : 2396.21 kcal : 97.73 g : 84.77 g : 324.82 g : 275.12 mg : 16.12 mg : 439.15 mg : 8.14 g : 57.37 g : 30.85 g : 46.85 g : 23.77 g : 3250.65 mg : 4317.38 mg : 1871.32 mg

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
pasta z warzywi fileta drob. 80g 80g (245), Schab pieczony 45g 3platy 45g (145612502), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g, Salata 18g, płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4),	zupa pomidorowa z zacierk 350ml 350ml (145612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 150g (1), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło ro 15% 20g,
		Posilek nocny: Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Warto ci od wcz: : 2078.08 kcal : 100.6 g : 54.3 g : 302.31 g : 133.19 mg : 12.09 mg : 267.81 mg : 7.44 g : 59.03 g : 23.63 g : 27.26 g : 26.27 g : 2966.38 mg : 3436.23 mg : 1466.05 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (2), Pomidor 100g 100g, Rzodkiewka 40g 40g, Mjonez 10g 10ml (2),	zupa ogorkowa z ziemniakami 350g 350ml (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Udkopieczone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (2),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (2), chleb zwykly 2kr 70g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ogórek konserwowy 50g 50g,
		Posilek nocny: bułka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (2),

Warto ci od ycze: : 2067.1 kcal; : 85.44g; : 77.62g; : 260.94g; : 117.21mg; : 11.37mg; : 451.41mg; : 8.19g; : 41.75g; : 30.44g; : 25.27g; : 25.29g; : 3281.32mg; : 3691.11mg; : 1281.25mg

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykly 3kronki 90g, Salata 18g, ketchup 25g 25g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Udko drob. duszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), kisiel - kompot 250 250ml, marchewoprószana 150g 150g (2),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 80g (2), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pasta z twarogu 85g (2),

Warto ci od ycze: : 2114.57 kcal; : 86.04g; : 75.92g; : 276.37g; : 106.34mg; : 11.38mg; : 472.86mg; : 7.92g; : 42.97g; : 33.01g; : 25.76g; : 29.14g; : 3172.58mg; : 3813.02mg; : 1281.51mg

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6		
pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (2), Rzodkiewka 40g 40g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2),	zupa ogorkowa z ziemniakami 350g 350ml (2), Udko pieczone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (2), sos koperkowy 100ml 100ml (2),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (2), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml. 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (2),
II niadanie kronka chleba raz. z twar, ogórkiem 80g 80g (2),		Posilek nocny: bułka grahamka z twarogiem i ogórkiem 80g (2),

Warto ci od ycze: : 2074.94 kcal; : 91.06g; : 73.56g; : 268.83g; : 124.02mg; : 13.86mg; : 455.71mg; : 8.57g; : 42.52g; : 31.82g; : 33.48g; : 24.1g; : 3434.09mg; : 4078.1mg; : 1608.36mg

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
twaróg 30g / pudelko 60g, pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykly 3kronki 90g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), ketchup 25g 25g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Udko drob. duszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jablko pieczone 150g 120g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), marchewoprószana 150g 150g (2),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (2),
		Posilek nocny: Bułka psz. z pasta z twarogu 85g (2),

Warto ci od ycze: : 1983.16 kcal; : 87.54g; : 57.68g; : 292.01g; : 103.78mg; : 11.5mg; : 409.87mg; : 8.11g; : 52.11g; : 17.84g; : 27.35g; : 31.67g; : 3247.12mg; : 3836.82mg; : 1297.46mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
roda 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (4), salata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 120g 100g (2), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), maslo mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Chleb zwykly 1 kromka 35g 35g, szynka wile ska 30g/2pl 30g,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), fasolka po breto sku wege 250g (1,4,5,6,12,SO), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 150g,	szynka wile ska 30g/2pl 30g, maslo ro l 55% 20g, chleb zwykly 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, salata z ziemniakow ogorka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (2,4),
		Posiłek nocny: bulka psz. z pasztetem i pomidorem 85g,

Warto ci od wczes : 2354.31 kcal; : 86.58g : 76.88g : 341.77g : 180.99mg : 18.68mg : 276.24mg : 8g : 57.17g : 29.22g : 41.97g : 33.83g : 3194.87mg : 4744.7mg : 1473.92mg

roda 2026-02-25 Jadłospis dla diety: latwo strawna 2		
maslo mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykly 3 kromki 90g,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), Kurczak po chi sku latw 250g 200g (2), ry bialy 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Salata z kalafirem brokulemi jogurtem 120g 120g (2,4),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata z ziemniakow ogorka kiszzonego, jajka latwostr: 100g 100g (2,4), chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
		Posiłek nocny: bulka psz. z pasztetem i pomidorem 85g,

Warto ci od wczes : 1999.13 kcal; : 85.91g : 69.19g : 261.72g : 169.01mg : 11.25mg : 319.57mg : 8.01g : 38.16g : 27.27g : 23.72g : 21.77g : 3198.85mg : 2946.34mg : 1201.46mg

roda 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem latwo przyswajalnych w glowodanow 6		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, salata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 120g 100g (2), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), maslo mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), ry br zowy 200g 200g, Kurczak po chi sku 250g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Jablko 1szt 150g,	salata z ziemniakow ogorka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (2,4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), maslo ro l 55% 20g, Herbata b/c 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
II niadanie kefir 150g 1 szt, mus owocowy 100g 100ml,		Posiłek nocny: Bulka grahanka z pasztetem i ogorkiem 85g,

Warto ci od wczes : 2300.08 kcal; : 89.06g : 78.51g : 320.01g : 146.68mg : 13.57mg : 321.08mg : 7.79g : 75g : 28.65g : 38.07g : 46.29g : 3102.03mg : 3339.72mg : 1558.19mg

roda 2026-02-25 Jadłospis dla diety: latwo strawna z ograniczeniem tluszczu 3		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykly 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, maslo mini 10g 10g,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), Kurczak po chi sku latw 250g 200g (2), ry bialy 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Salata z kalafirem brokulemi jogurtem 120g 120g (2,4),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata z ziemniakow ogorka kiszzonego, jajka latwostr: 100g 100g (2,4), chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, maslo ro l 55% 20g,
		Posiłek nocny: bulka psz. z pasztetem i pomidorem 85g,

Warto ci od wczes : 1980.86 kcal; : 85.04g : 69g : 257.78g : 146.89mg : 10.77mg : 319.57mg : 7.99g : 35.47g : 27.22g : 22.57g : 21.67g : 3191.16mg : 2675.17mg : 1181.27mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300ml (<u>4</u>), Pasta z dederzycy 80g 80g (<u>1 4 5 6 12 50</u>), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g , chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, maslo mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g,	zupa grochowa 350ml 350ml (<u>1 4 5 6 12 50</u>), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120g (<u>2</u>), Mzeria 100g 100ml (<u>4</u>), fasolka szparagowa zielona got. 150g 100g (<u>1</u>), ziemniaki 200g 200g , kisiel - kompot 250 250ml ,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g , pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczypioru 80g 80g (<u>4</u>), Ogorek zielony 50g 50g , maslo ro l 55% 20g , chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (<u>1</u>), Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml ,
		Posiłek nocny: Bulka psz. z maslem i wedlin 85g ,

Warto ci od wczes : 2375,03 kcal : 111.62g : 80.46g : 309.2g : 147.26mg : 13.75mg : 329.84mg : 9.06g : 50.88g : 38.42g : 31.94g : 23.45g : 3627.43mg : 4456.87mg : 1542.57mg

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300ml (<u>4</u>), pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g , maslo mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g , chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g,	zupa kartoflanka 350ml 350ml (<u>1</u>), pulpety wieprz. z lopatki 90g 90g (<u>2</u>), ziemniaki 200g 200g , marchewoprószana 150g 100g (<u>1</u>), kisiel - kompot 250 250ml , bukiet krolewski 150g 150g (<u>1</u>), sos koperkowy 100ml 100ml (<u>1</u>),	pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (<u>4</u>), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, chleb zwykly 3 kromki 90g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml ,
		Posiłek nocny: Bulka psz. z maslem i wedlin 85g ,

Warto ci od wczes : 2290.34 kcal : 92.14g : 72.62g : 325.44g : 164.24mg : 12.25mg : 293.8mg : 8.54g : 53.12g : 37.27g : 32.76g : 23.76g : 3417.34mg : 4537.86mg : 1352.58mg

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6		
Platki owsiane na mleku 250ml 250ml (<u>1 4</u>), Pasta z dederzycy 80g 80g (<u>1 4 5 6 12 50</u>), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g , maslo mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), Pomidor 100g 100g, Salata 18g,	zupa kartoflanka 350ml 350ml (<u>1</u>), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120g (<u>2</u>), ziemniaki 200g 200g , Mzeria 100g 100ml (<u>4</u>), kisiel - kompot 250 250ml , fasolka szparagowa zielona got 150g 100g (<u>1</u>),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, maslo ro l 55% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml , pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczypioru 80g 80g (<u>4</u>),
II niadanie kromka chleba razowego z w dlina 60g i ogorkiem kiszonym 25g 60g (<u>1</u>),		Posiłek nocny: bulka grahamka z szynk , ogorkiem kisz. 80g ,

Warto ci od wczes : 2230.69 kcal : 97.65g : 71.23g : 308.37g : 161.16mg : 14.99mg : 283.39mg : 9.45g : 50.57g : 34.17g : 35.9g : 25.63g : 3778.63mg : 4609.33mg : 1659.39mg

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300ml (<u>4</u>), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g , chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g , maslo mini 10g 10g, pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>),	zupa kartoflanka 350ml 350ml (<u>1</u>), pulpety wieprz. z lopatki 90g 90g (<u>2</u>), ziemniaki 200g 200g , marchewoprószana 150g 100g (<u>1</u>), kisiel - kompot 250 250ml , sos koperkowy 100ml 100ml (<u>1</u>),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g , chleb zwykly 2kr 70g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml , pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (<u>4</u>),
		Posiłek nocny: Bulka psz. z maslem i wedlin 85g ,

Warto ci od wczes : 2057.87 kcal : 85.16g : 61.47g : 295.53g : 97.72mg : 10.19mg : 281.4mg : 8.2g : 46.44g : 33.92g : 25.2g : 22.4g : 3281.15mg : 3869.84mg : 1249.74mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
śniadanie - II śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Salatka z rzodkiewki, ogórka i sałaty 120g 120g (2), Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (24), Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1 4 5 6 12 50), chleb zwykły 2kr 100g, Chleb razowy 1kr 30g (1), masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1 4 5 6 12 50), Dorsz duszony z warzywami 250g 250g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki 200g 200g,	chleb zwykły 2kr 100g, masło ro 1 55% 20g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ser dty 15g 1pl 15g (4)
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 1876,84kcal; 85,28g; 62,75g; 248,86g; 162,72mg; 13,7mg; 409,36mg; 7,03g; 55,92g; 33,97g; 28,58g; 36,47g; 2812,3mg; 4304,19mg; 1238,98mg

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: łatwostrawna 2		
chleb zwykły 3kromki 90g, Pomidor 100g 100g, Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1 4 5 6 12 50), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (24), Salata 18g,	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1 4 5 6 12 50), Dorsz duszony z warzywami 250g 250g (2), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka konserwowa 60g-3pl 45g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, masło ro 1 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ser dty 2pl 30g (4)
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 1805,64kcal; 88,3g; 65,77g; 219,34g; 154,46mg; 12,63mg; 426,47mg; 7,02g; 54,42g; 36,11g; 24,88g; 35,5g; 2807,88mg; 4162,08mg; 1239,75mg

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy		
Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1 4 5 6 12 50), chleb razowy 3kromki 90g (1), Papryka wie a 60g 60g, Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (24)	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1 4 5 6 12 50), Dorsz duszony z warzywami 250g 250g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki 200g 200g,	szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), masło ro 1 55% 20g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata b/c 250ml 250ml, ser dty 2pl 30g (4)
II śniadanie: Kromka chleba raz. z w. dlin. i rzodkiewk 40g (1)		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 1831,34kcal; 91,64g; 67,94g; 223,11g; 221,76mg; 15,25mg; 435,55mg; 8,05g; 52,06g; 36,63g; 36,41g; 31,26g; 3219,31mg; 4582,88mg; 1513,47mg

piątek 2026-02-27 Jadłospis dla diety: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (24), chleb zwykły 3kromki 90g, Schab pieczony 45g 3 platy 45g (1 4 5 6 12 50), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g,	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1 4 5 6 12 50), Dorsz duszony z warzywami 250g 250g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki 200g 200g,	szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, masło ro 1 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g,
		Posiłek nocny: Sok wielowarzywny 250ml 250ml,

Wartość od wczoraj: 1767,51kcal; 82,54g; 60,01g; 228,63g; 157,31mg; 12,6mg; 408,11mg; 6,19g; 63,64g; 32,2g; 25,08g; 39g; 2473,08mg; 4208,25mg; 1115,69mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Salatka z papryki i rukoli 150g 150g (2), pasta z jajka, twarogu i szczypiorku 80g 80g (2), chleb zwykły 2kr 100g, Chleb razowy 1kr 30g (2), masło mini 10g 10g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3 platy 30g (1,4,5,6,12,SO),	Zupa jarzynowa z ziem. i brukselk 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, kisiel - kompot 250 250ml,	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,4,5), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 100g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od ycze : 1929,25kcal; 75,37g : 61,87g : 274,3g : 214,6mg : 13,12mg : 508,57 mg : 6,81 g : 70,46g : 29,14g : 29,51 g : 51,92g : 2728,42mg : 3849,09mg : 1233,02mg

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna 2		
Schab pieczony 45g 3platy 30g (1,4,5,6,12,SO), chleb zwykły 3kromki 90g, masłomini 10g 10g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, pasta z jajka, w dliny i szczypiorku 80g 80g (2),	zupa jarzynowa z ziemiakami 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), marchewoprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), bukiet królewski 150g 150g (2), jogurtowocowy 1szt 1 szt (1,4),	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,4,5), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od ycze : 2010,35 kcal; 75,49g : 80,35g : 252,1g : 176,07mg : 12,14mg : 587,04 mg : 7,08g : 72,68g : 34,29g : 28,62g : 54,42g : 2838,83mg : 3797,2mg : 1155,53mg

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6		
chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b c 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3platy 30g (1,4,5,6,12,SO), Salatka z papryki i rukoli 150g 150g (2), masło mini 10g 10g, pasta z jajka, twarogu i szczypiorku 80g 80g (2),	Zupa jarzynowa z ziem. i brukselk 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	Pomidor 100g 100g, salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,4,5), chleb razowy 60g 2kr 45g (2), masło ro l 55% 20g, kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Salata 18g, Herbata b c 250 ml 250ml,
II niadanie Jogurt naturalny 1szt 1 szt (2), mus owocowy 100g 100ml,		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od ycze : 1818,21 kcal; 73,95g : 63,16g : 245,88g : 210,52mg : 13,07 mg : 516,57 mg : 6,38g : 93,72g : 30,1g : 31,58g : 71,32g : 2547,46mg : 4070,01 mg : 1367,85mg

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: Łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
D em 25g 25g, chleb zwykły 3kromki 90g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, pasta z jajka, twarogu i szczypiorku 80g 80g (2), szynka wile ska 60g /3pl 60g, banan 200g 200g, masło mini 10g 10g,	zupa jarzynowa z ziemiakami 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), marchewoprószana 150g 150g (2), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Sos musztardowy 100ml 100g (1,4), jogurtowocowy 1szt 1 szt (1,4),	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (2,4,5), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, masło ro l 55% 20g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od ycze : 1913,71 kcal; 73,54g : 59,97g : 273,95g : 145,29mg : 10,61 mg : 532,1 mg : 7,16g : 102,74g : 31,21g : 25,08g : 70g : 2867,3mg : 3838,54mg : 1143,04mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
nieдіa 2026-03-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Kakao 250ml 250ml (4), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (24), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (1), Pomidor 100g 100g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (125), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), Buraczki na ciepło 120g 120g,	Salatka z papryki i rukoli 150g 100g (1), chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 155% 20g, Salata 18g, szynka wile ska 30g/2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

Wartości odżywcze: 2192,81 kcal; 95,95 g; 87,25 g; 259,75 g; 163,33 mg; 13,97 mg; 449,21 mg; 7,09 g; 82,38 g; 32,56 g; 24,14 g; 60,71 g; 2836 mg; 4047,4 mg; 13139 mg

nieдіa 2026-03-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
Kakao 250ml 250ml (4), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (24), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (125), gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, marchewoprószana 150g 150g (1),	salatka z buraczka, jabłka i rukoli 120g 120g (4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: HERBATNIKI BE BE 14G 14g, mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: 2189,83 kcal; 98,31 g; 85,34 g; 260,98 g; 93,21 mg; 12,29 mg; 460,05 mg; 7,07 g; 84,15 g; 34,38 g; 24,02 g; 60,22 g; 2825,9 mg; 3854,55 mg; 1319,16 mg

nieдіa 2026-03-01 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy 6		
Kakao 250ml 250ml (4), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (24), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Salata 18g, Pomidor 100g 100g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (125), gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z kapusty białej 150g 150g, sos koperkowy 100ml 100ml (1),	Salatka z papryki i rukoli 150g 100g (1), szynka wile ska 30g/2pl 30g, masło ro 155% 20g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (1),
II niadanie Salatka z rzodkiewki i natki pietruszki 80 70g, kefir 150ml 200ml (4),		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: 2088,88 kcal; 100,09 g; 81,75 g; 245,81 g; 213,72 mg; 13,78 mg; 464,63 mg; 7,69 g; 83,08 g; 34,98 g; 31,15 g; 48,83 g; 3078,39 mg; 4365,68 mg; 1595,85 mg

nieдіa 2026-03-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Kakao 250ml 250ml (4), twaróg 30g /pudełko 60g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (125), gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g, marchewoprószana 150g 150g (1),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Budy 250g 250ml (4), D em 25g 25g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

Wartości odżywcze: 2131,18 kcal; 87,56 g; 56,08 g; 323,38 g; 87,16 mg; 10,19 mg; 253,47 mg; 5,69 g; 123,5 g; 27,72 g; 24,8 g; 79,38 g; 2271,48 mg; 3764,61 mg; 1264,6 mg