

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
poniedziałek 2026-03-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa DOI		
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1), pasta z warzywami fileta drobiu 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (1), masło mini 10g 10g, Papryka wiejska 60g 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 150g 100g (2,4), fasolka szparagowa zielona got 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	twaróg 30g/pudełko 30g, Salata z dederzyc i pomidorami 150g 150g (1), pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 155% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z paszletem i ogórkiem 85g,

Wartość od poprzedniego dnia: 2276,38kcal; 8016g; 81,83g; 312,8g; 219,89mg; 13,57mg; 258,62mg; 8,03g; 55,31g; 31,19g; 31,93g; 27,31g; 3213,2mg; 3474,1mg; 1339,57mg

poniedziałek 2026-03-02 Jadłospis dla diety: łatwostrawna 2		
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1), pasta z warzywami fileta drobiu 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykły 3kronki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), marchewko-prószana 150g 150g (1), bukiet królewski 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	twaróg 30g/pudełko 30g, pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 155% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartość od poprzedniego dnia: 2147,53kcal; 79,63g; 66,23g; 316,7g; 128,88mg; 12,16mg; 258,06mg; 6,76g; 64,18g; 32,8g; 32,99g; 30,91g; 2711,42mg; 3485,33mg; 1277,22mg

poniedziałek 2026-03-02 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1), pasta z warzywami fileta drobiu 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Salata 18g, Papryka wiejska 60g 60g, Herbata b/c 250ml 250ml,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g, surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 150g 100g (2,4), fasolka szparagowa zielona got 150g 150g (1), kisiel kompot 250ml cukrzyca 250ml,	Salata z dederzyc i pomidorami 150g 150g (1), pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Herbata b/c 250ml 250ml, Salata 18g, twaróg 30g/pudełko 30g,
II niadanie: kromka chleba razowego z szynką i ogórkiem wiejskim 65g 65g (1)		Posilek nocny: bułka grahamka z szynką i ogórkiem kiszonym 80g,

Wartość od poprzedniego dnia: 2128,07kcal; 87,21g; 58,16g; 338,44g; 213,52mg; 15,63mg; 178,03mg; 8,65g; 48,14g; 15,24g; 48,42g; 19,44g; 3446,83mg; 3396,49mg; 1796,69mg

poniedziałek 2026-03-02 Jadłospis dla diety: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1), pasta z warzywami fileta drobiu 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 60g/3pl 60g, chleb zwykły 3kronki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, Pomidor 100g 100g,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), marchewko-prószana 150g 150g (1), Brokuł na parze 150g 100g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 3kronki 90g, masło rolnicze 155% 20g, Salata 18g, D em 25g 25g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartość od poprzedniego dnia: 2055,17kcal; 84,83g; 50,81g; 321,76g; 129,81mg; 12,06mg; 240,16mg; 7,49g; 62,62g; 25,76g; 30,38g; 30,66g; 2994,82mg; 3513,14mg; 1330,21mg

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-03-02		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1), pasta z warzyw fileta drobi 80g 80g (2,4,5), szynka wędzona 60g/3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), Brokuł na parze 150g 100g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	pol dwicwa drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), Jabłko pieczone 150g 150g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło rolnicze 20g, Salata 18g, Dżem 25g 25g, twaróg 30g /pułdelko 30g, herbata owocowa z cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z pasztetem i ogórkiem 85g,

Wartości odżywcze: 2173,52 kcal; 83,8g : 62,25g : 325,23g : 136,58mg : 12,38mg : 260,66mg : 7,66g : 69,33g : 28,81g : 28,19g : 31,23g : 3062,01mg : 3356,4mg : 1310,39mg

poniedziałek 2026-03-02		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1), pasta z warzyw fileta drobi 80g 80g (2,4,5), szynka wędzona 60g/3pl 60g, Chleb razowy 1kr 30g (1), Pomidor 100g 100g, Herbata z cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), surówka z marchewki i jabłkami 120g 120g, Brokuł na parze 150g 100g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	Salatka z ciecierzycy i pomidorami 150g 150g (1), pol dwicwa drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 20g, Salata 18g, twaróg 30g /pułdelko 30g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z pasztetem i ogórkiem 85g,

Wartości odżywcze: 2113,7 kcal; 84,71g : 61,12g : 314,21g : 158,47mg : 13,4mg : 235,86mg : 8,38g : 58,26g : 23,83g : 32,33g : 29,24g : 3349,13mg : 3711,12mg : 1381,03mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (A), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, Salatką z rzodkiewki, ogórka i sałaty 120g 120g (A), chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (A), masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa ogórkowa z ziemniakami 350g 350ml (A), Got. bki 200g 200g (A), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, gruszka 150g 150g, sos pomidorowy 100ml 100ml (A),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salatką z serem warzyw w dlin 130g 130g (A), masło ro 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (A), Salata 18g,
		Posiłek nocny: Bułka pszenna 45g 45g, ser dity 15g 1pl (A), masło mini 10g 10g, ogórek zielony 25g 25g,

Wartości od wczoraj: : 2143.13kcal; : 83.96g; : 75.64g; : 287.32g; : 209.33mg; : 1051 mg; : 249.5mg; : 8.36g; : 58.47g; : 39.44g; : 27.9g; : 21.34g; : 3338.16mg; : 4010.4mg; : 1337.46mg

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (A), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (A), Got. bki bez zawijania 150g 150ml (A), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki 200g 200g, sos pomidorowy 100ml 100ml (A), Jabłko pieczone 150g 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (A), salatką z ry em ogórkiem, w dlin i kop. 100g 100g (A, <u>1.2.4.6 S02 S02</u>),
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartości od wczoraj: : 2175.01 kcal; : 88.27g; : 66.04g; : 311.02g; : 126.09mg; : 1072mg; : 347.7mg; : 7.67g; : 54.17g; : 35.95g; : 25.12g; : 21.32g; : 3068mg; : 4057.21mg; : 1349.95mg

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (A), Salatką z rzodkiewki, ogórka i sałaty 120g 120g (A), chleb razowy 60g 2kr 60g (A), masło mini 10g 10g, Salata 18g, Papryka wie a 60g 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka konserwowa 30g / 2pl 30g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 350g 350ml (A), Got. bki bez zawijania 150g 150ml (A), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250ml 250ml, cukrzyca 250ml, sos pomidorowy 100ml 100ml (A), Jabłko 1szt 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salatką z ry em ogórkiem, w d. koper. 100g 100g (A, <u>2.4.6 S02 S02</u>), Salata 18g, chleb razowy 60g 2kr 60g (A), masło ro 155% 20g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (A),
II niadanie Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,		Posiłek nocny: Bułka grahamka 45g 45g, ser dity 15g 1pl 15g (A), masło mini 10g 10g, ogórek zielony 25g 25g,

Wartości od wczoraj: : 2281.49kcal; : 92.81g; : 77.09g; : 313.74g; : 194.9mg; : 14.27mg; : 358.46mg; : 8.48g; : 50.31g; : 41.18g; : 36.63g; : 18.25g; : 3383.38mg; : 4265.51mg; : 1791.93mg

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (A), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (A), Got. bki bez zawijania 150g 150ml (A), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, sos pomidorowy 100ml 100ml (A), Jabłko pieczone 150g 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, salatką z ry em ogórkiem, w dlin i kop. 100g 100g (A, <u>1.2.4.6 S02 S02</u>), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (A),
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartości od wczoraj: : 1966.21 kcal; : 87.98g; : 46.79g; : 310.73g; : 126.09mg; : 10.69mg; : 278.9mg; : 7.67g; : 53.91g; : 20.42g; : 25.12g; : 21.32g; : 3065.9mg; : 4051.71mg; : 1346.35mg

wtorek 2026-03-03 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (A), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g, Salata 18g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (A), Got. bki bez zawijania 150g 150ml (A), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, sos pomidorowy 100ml 100ml (A), Jabłko pieczone 150g 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, salatką z ry em ogórkiem, w dlin i kop. 100g 100g (A, <u>1.2.4.6 S02 S02</u>), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (A),
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości od wczoraj : 2177.35 kcal : 88.47 g : 66.07 g : 311.44 g : 127.99 mg : 1082 mg : 347.7 mg : 7.67 g : 54.32 g : 35.96 g : 25.32 g : 21.33 g : 3068.59 mg : 4076.81 mg : 1353.02 mg

wtorek 2026-03-03			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (✓), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, Salatkę z rzodkiewki, ogórka i sałaty 120g 120g (✓), chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (✓), masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,50), Got. bki 200g 200g (✓), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, gruszka 150g 150g, sos pomidorowy 100ml 100ml (✓),	szynka wileńska 30g / 2pl 30g, Salatkę z serem warzyw w dlin 130g 130g (✓), masło ro 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (✓), Salata 18g,			
		Posiłek nocny: Bułka pszenna 45g 45g, ser dły 15g 1pl 15g (✓), masło ro 155% 20g, ogórek zielony 25g 25g,			

Wartości od wczoraj : 2239.81 kcal : 86.93 g : 80.43 g : 289.51 g : 198.48 mg : 10.24 mg : 272.54 mg : 8.11 g : 58.06 g : 45.26 g : 27.77 g : 21.21 g : 3237.77 mg : 3782.1 mg : 1393.14 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
roda 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Chleb zwykły 1 kromka 35g 35g, masło mini 10g 10g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (1), Salata 18g, musztarda 25g, Kielbaski delikatesowe cienkie 2 szt. 100g, Salata z ciecierzycy i pomidorami 150g 150g (1),	Zupa jarzynowa z ziem. i brukselk 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Zapiekanka wielowarzywna z mi sem 400g 400g (1,2,4,5,6,12,SO), kiel - kompot 250 250ml, Mandarynka 1 szt. 80g, surówka z marchewki i jabłka 120g 120g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, masło ro 1 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, ogórek konserwowy 50g 50g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pastą z twarogu 100g (1),

Wartości od yczy: 2272.79kcal; 105.24g; 84.62g; 281.24g; 164.43mg; 15.33mg; 419.19mg; 9g; 60.05g; 39.36g; 33.99g; 32.33g; 3606.25mg; 4320.89mg; 1670.77mg

roda 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (1), Pomidor 100g 100g, Serdelki 100g 100g, ketchup 25g 25g,	zupa grysikowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Kurczak po chi sku łatw 250g 250g (1), kiel - kompot 250 250ml, makaron waderki 200g 200g, banan 200g 200g, bukiet królewski 150g 150g (1),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 1 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pastą z twarogu 100g (1),

Wartości od yczy: 2287.43kcal; 102.31g; 58.79g; 350.67g; 130.41mg; 16.59mg; 220.39mg; 5.46g; 68.5g; 26.34g; 43.04g; 37.45g; 2193.39mg; 4590.48mg; 1607.19mg

roda 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w gwardanów 6		
chleb razowy 60g 2kr 60g (1), masło mini 10g 10g, Salata 18g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (1), Serdelki 100g 100g, musztarda 25g, Salata z ciecierzycy i pomidorami 150g 150g (1),	Zupa jarzynowa z ziem. i brukselk 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Kurczak po chi sku łatw 250g 250g (1), kiel - kompot 250 250ml, Makaron pełnoziarnisty 120g 120g, Mandarynka 1 szt. 80g, kiel - kompot 250ml cukrzyca 250ml, surówka z marchewki i jabłka 120g 120g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), masło ro 1 55% 20g, Herbata b/c 250ml 250ml, Ogórek kiszony 50g 50g,
II niadanie kromka chleba razowego z szynk, ogórkiem wie ym 65g 65g (1),		Posilek nocny: bułka grahanka z twarogiem i ogórkiem 80g (1),

Wartości od yczy: 2275.86kcal; 106.03g; 59.82g; 346.87g; 126.33mg; 19.43mg; 194.04mg; 8.94g; 56.13g; 24.66g; 53.7g; 29.05g; 3568.33mg; 4869.84mg; 1897.31mg

roda 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Salata 18g, masło mini 10g 10g, chleb zwykły 2kr 70g, Serdelki 100g 100g, ketchup 25g 25g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (1),	zupa grysikowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Kurczak po chi sku łatw 250g 250g (1), kiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g, makaron waderki 200g 200g, bukiet królewski 150g 150g (1),	szynka wile ska 60g / 3pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło ro 1 55% 20g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pastą z twarogu 100g (1),

Wartości od yczy: 2353.66kcal; 108.47g; 60.11g; 357.78g; 108.29mg; 16.59mg; 235.07mg; 6.2g; 66.26g; 26.88g; 42.59g; 37.8g; 2486.38mg; 4429.3mg; 1647.24mg

roda 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku łożkowego 4		
chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (1), Serdelki 100g 100g, ketchup 25g 25g, Salata 18g,	zupa grysikowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Kurczak po chi sku łatw 250g 250g (1), kiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g, makaron waderki 200g 200g, bukiet królewski 150g 150g (1),	szynka wile ska 60g / 3pl 60g, Salata 18g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło ro 1 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pastą z twarogu 100g (1),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości od ywczce : 2403.26kcal : 109.85g : 60.37g : 368.58g : 108.29mg : 16.85mg : 235.07mg : 6.39g : 66.46g : 26.94g : 43.29g : 38g : 2560.78mg : 4462.3mg : 1667.04mg

rodzaj 2026-03-04 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Salata 18g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), masło 10g 10g, Serdelki 100g 100g, Ogórek zielony 50g 50g, ketchup 25g 25g,	zupa grycikowa 350ml. 350ml (145612 52), Kurczak po chińsku 250g 250g (1), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g, makaron - waderki 200g 200g, bukiet królewski 150g 150g (1),	szynka wiejska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z pastą z twarogu 100g (1),

Wartości od ywczce : 2271.4kcal : 101.32g : 59.01g : 348.49g : 111.48mg : 17.01mg : 220.39mg : 5.66g : 66.91g : 26.33g : 45.94g : 37.89g : 2272.44mg : 4462.96mg : 1679.88mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
śniadanie - II śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-03-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa DOI		
plakki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (1, 4), Salátka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (1, 4, 5, 6, 7, 12, SQ), Pasta z ciecierzycy 80g 80g (1, 4, 5, 6, 12, SQ), chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (1, 2), masłomini 10g 10g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa kalafiorowa 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, SQ), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1, 4, 5, 6, 12, SQ), surówka z kapusty białej 150g 100g, Kisiel - kompot 250 250ml, kasza gryczana 200g 200g,	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1, 2), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masłoro I 55% 20g, Papryka wie a 60g 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem w dlin i ogórkiem 85g,

Wartość od wczoraj: 2154,92 kcal; 91,23g; 74,85g; 286,28g; 217,47mg; 12,46mg; 312,32mg; 7,35g; 55,35g; 33,95g; 30,46g; 26,97g; 2942,46mg; 3449,56mg; 1527,24mg

czwartek 2026-03-05		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
plakki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (1, 4), ser dity 2pl 30g (1, 4), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3kronki 90g, masłomini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1, 4, 5), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1, 4, 5, 6, 12, SQ), kasza j. czmienna 200g 200g (1, 2), Kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 120g (1, 2),	masłoro I 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 3kronki 90g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1, 2), Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartość od wczoraj: 2243,81 kcal; 94,68g; 79,48g; 292,93g; 101,55mg; 10,92mg; 345,27mg; 7g; 44,91g; 44,19g; 26,9g; 21,87g; 2793,54mg; 3009,62mg; 1486,45mg

czwartek 2026-03-05		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy		
plakki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (1, 4), Pasta z ciecierzycy 80g 80g (1, 4, 5, 6, 12, SQ), Salátka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (1, 4, 5, 6, 7, 12, SQ), masłomini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1, 2), Herbata b/c 250ml 250ml,	zupa kalafiorowa 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, SQ), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1, 4, 5, 6, 12, SQ), kasza gryczana 200g 200g, surówka z kapusty białej 150g 150g, kisiel kompot 250ml cukrzyca 250ml,	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1, 2), Salata 18g, masłoro I 55% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1, 2), Herbata b/c 250ml 250ml, Papryka wie a 60g 60g,
II śniadanie kefir 150g 1 szt., kromka chleba razowego z szynką, ogórkiem wie ym 65g 65g (1, 2),		Posiłek nocny: bułka grahamka z szynką, ogórkiem kisz. 80g,

Wartość od wczoraj: 2108,25 kcal; 91,35g; 70,68g; 288,33g; 232,56mg; 14,13mg; 279,32mg; 7,6g; 55,41g; 30,15g; 39,24g; 19,39g; 3037,85mg; 3848,8mg; 1763,76mg

czwartek 2026-03-05		
Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 300ml 300ml (1, 4), szynka konserwowa 60g-3pl 45g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masłomini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1, 4, 5), kisiel - kompot 250 250ml, Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (1, 4, 5, 6, 12, SQ), kasza j. czmienna 200g 200g (1, 2), Brokuł na parze 150g 150g (1, 2),	D em 25g 25g, Salata 18g, chleb zwykły 3kronki 90g, masłoro I 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1, 2),
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartość od wczoraj: 2068,95 kcal; 92,18g; 54,2g; 308,31g; 122,03mg; 10,03mg; 316,94mg; 5,74g; 54,25g; 31,88g; 26,55g; 25,3g; 2293,18mg; 3191,19mg; 1403mg

czwartek 2026-03-05		
Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku trawiennego 4		
ser dity 2pl 30g (1, 4), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3kronki 90g, masłomini 10g 10g, plakki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (1, 4), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1, 4, 5), kasza j. czmienna 200g 200g (1, 2), kisiel - kompot 250 250ml, gulasz wieprzowy 150ml 150g (1, 4, 5, 6, 12, SQ), Brokuł na parze 150g 120g (1, 2),	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1, 2), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masłoro I 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem w dlin i ogórkiem 85g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze : 2129,16kcal; : 92,03g; : 72,7g; : 281,7g; : 101,82mg; : 10,73mg; : 330,67mg; : 7,04g; : 44,07g; : 39,48g; : 26,24g; : 21,67g; : 2813,73mg; : 3002,63mg; : 1454mg

czwartek 2026-03-05		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
Salatka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (<u>1 4 5 6 7 12</u> <u>SO</u>), chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), Pasta z ciecierzycy 80g 80g (<u>1 4 5 6 12 SO</u>), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka konserwowa 60g- 3pl 45g, płatki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (<u>4</u>),	zupa kalafiorowa 350ml. 350ml (<u>1 4 5 6 12 SO</u>), gulasz wieprzowy 150ml 150g (<u>1 4 5 6 12 SO</u>), kasza p. czak 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 100g (<u>1</u>),	PIECZE RZYMSKA 3PLASTRY 60g (<u>1 2</u>), Salata 18g, masłoro I 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 3kromki 90g, Pomidor 100g 100g,
		Posiłek nocny: Bułka psz.z masłem w oliw i ogórkiem 85g,

Wartości odżywcze : 2105,53kcal; : 95,95g; : 66,12g; : 290,11g; : 170,2mg; : 13,79mg; : 298,94mg; : 7,37g; : 51,92g; : 29,68g; : 33,15g; : 25,11g; : 2943,17mg; : 3769,59mg; : 1663,79mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
pi tek 2026-03-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Salatka z rzodkiewki, ogórka i salaty 120g 120g (✓), Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g (✓), Schab pieczony 45g 3platy 30g (1.45.6 12.50), chleb zwykły 2kr 100g, Chleb razowy 1kr 30g (✓), masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Ciasto drożdżowe 70g 70g (1.2.4),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1.45.6 12.50), Ryż z jabłkiem 350g 350g (1.4), kisiel -kompot 250 250ml,	chleb zwykły 2kr 100g, masło rolnicze 55% 20g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Salata 18g, Salatka z papryki i rukoli 150g 150g (✓), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ser długi 15g 1pl 15g (✓),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: : 2378,25kcal; : 81.51g : 80.61g : 335,87g : 159,84mg : 12,8mg : 500,32mg : 5,77g : 94,1g : 42,92g : 24,38g : 66,59g : 2310,04mg : 2839,52mg : 1184,84mg

pi tek 2026-03-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
chleb zwykły 3kromki 90g, Pomidor 100g 100g, Schab pieczony 45g 3platy 30g (1.45.6 12.50), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (✓), Salata 18g, Ciasto drożdżowe 70g 70g (1.2.4),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1.45.6 12.50), Ryż z jabłkiem 350g 350g (1.4), kisiel -kompot 250 250ml,	szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ser długi 2pl 30g (✓),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: : 2219,8kcal; : 82,26g : 75,47g : 305,08g : 101,98mg : 10,68mg : 397,89mg : 4,87g : 93,96g : 45,57g : 20,35g : 64,8g : 1956,4mg : 2745,42mg : 1178,32mg

pi tek 2026-03-06 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Schab pieczony 45g 3platy 30g (1.45.6 12.50), chleb razowy 60g 2kr 45g (✓), Salatka z rzodkiewki, ogórka i salaty 120g 120g (✓), Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g (✓), ogórek konserwowy 50g 50g,	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1.45.6 12.50), Ryż z jabłkiem 350g 350g (✓), kisiel -kompot 250ml cukrzyca 250ml, Jogurt naturalny 1szt 1 szt (✓),	szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 45g (✓), masło rolnicze 55% 20g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, Salatka z papryki i rukoli 150g 150g (✓),
II niadanie kromka chleba raz. z twarogiem, ogórkiem 80g 80g (✓),		Posilek nocny: Kromka chleba raz. z wędliną i rzodkiewką 40g (✓),

Wartości odżywcze: : 1918,5kcal; : 81,82g : 64,05g : 261,11g : 160,93mg : 14,16mg : 410,44mg : 7,21g : 54,25g : 32,17g : 34,88g : 24,17g : 2878,69mg : 3351,17mg : 1571,07mg

pi tek 2026-03-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g (✓), chleb zwykły 3kromki 90g, Schab pieczony 45g 3platy 45g (1.45.6 12.50), Salata 18g,	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1.45.6 12.50), Ryż z jabłkiem 350g 350g (1.4), kisiel -kompot 250 250ml, Serek homogenizowany 150g 1szt,	szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze: : 2013,36kcal; : 93,92g : 55,69g : 284,86g : 73,34mg : 10,23mg : 387,3mg : 4,89g : 110,9g : 27,45g : 18,06g : 78,16g : 1949,53mg : 2562,45mg : 1224,48mg

pi tek 2026-03-06 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku trawicznego 4		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3platy 30g (1.45.6 12.50), Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g (✓), chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Ciasto drożdżowe 70g 70g (1.2.4),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1.45.6 12.50), kisiel -kompot 250 250ml, Ryż z jabłkiem 350g 350g (1.4),	szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 100g, masło rolnicze 55% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze : 2221.32 kcal; : 72.87 g; : 75.73 g; : 313.73 g; : 73.64 mg; : 10.95 mg; : 489.67 mg; : 4.85 g; : 98.54 g; : 40.68 g; : 19.58 g; : 68.56 g; : 1940.73 mg; : 2482.97 mg; : 992.48 mg

piątek 2026-03-06		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
Salatka z rzodkiewki, ogórka i sałaty 120g 120g (2), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Schab pieczony 45g 3platy 30g (14 12.50), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g, masło mini 10g 10g, Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g (24), Ciasto drożdżowe 70g 70g (124),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1456 12.50), Ryż z jabłkiem 350g 350g (14), kisiel -kompot 250 250ml,	szynka konserwowa 30g /2pl 30g, chleb zwykły 2kr 100g, Salata 18g, masło rolnicze 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłki nocne: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze : 2165.47 kcal; : 72.49 g; : 76.17 g; : 301.52 g; : 101.17 mg; : 12.25 mg; : 489.67 mg; : 4.94 g; : 93.11 g; : 40.71 g; : 24.16 g; : 65.75 g; : 1975.56 mg; : 2869.71 mg; : 1088.05 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2026-03-07		
Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczypioru 80g 80g (4), Pomidor 100g 100g, Salata 18g, maslo mini 10g 10g, chleb zwykly 3kronki 90g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO1), filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SO1,SO2), makaron penne 200g 200g, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (5), kisiel - kompot 250 250ml, sos brokułowy 150g 150ml (2),	Ser topiony 33g 33g (4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, maslo ro l 55% 20g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, salátka jarzynowa 100g 100g (2,4,5),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od wycze : 2061.9kcal; 100.06g; 58.97g; 286.48g; 150.83mg; 10.03mg; 352.68mg; 9.32g; 78.6g; 31.82g; 23.73g; 48.7g; 3726.15mg; 3415.01mg; 1484.36mg

sobota 2026-03-07		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna 2		
Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (4), Salata 18g, maslo 83% 15g, chleb zwykly 3kronki 90g, Pomidor 100g 100g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO1), sos brokułowy 150g 150ml (2), makaron penne 200g 200g, marchewoprószana 150g 100g (2), kisiel - kompot 250 250ml, filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SO1,SO2),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, salátka jarzynowa 100g 100g (2,4,5), Ser topiony 33g 33g (4), maslo ro l 55% 20g, chleb zwykly 2kr 70g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, Salata 18g,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od wycze : 2095.11kcal; 99.85g; 63.81g; 283.38g; 128.2mg; 9.85mg; 367.64mg; 9.27g; 75.84g; 35.16g; 21.88g; 49.05g; 3709.07mg; 3282.6mg; 1459.88mg

sobota 2026-03-07		
Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glównadów 6		
kawa zbo owa b/c 250ml. 250ml (4), pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczypioru 80g 60g (4), Salata 18g, maslo mini 10g 10g, Ogórek kiszony 50g 50g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO1), sos brokułowy 150g 150ml (2), makaron pełnoziarnisty 200g 200g, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (5), kisiel kompot 250ml cukrzyca 250ml, filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SO1,SO2),	Ser topiony 33g 33g (4), szynka wile ska 30g/2pl 30g, Pomidor 100g 100g, maslo ro l 55% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), herbata owocowa b/c 250ml 250ml, Salata 18g, salátka jarzynowa 100g 100g (2,4,5),
II niadanie kromka chleba razowego z jajkiem i ogórkiem 65g (1,2),		Posilek nocny: kromka chleba razowego z jajkiem i ogórkiem 65g (1,2),

Warto ci od wycze : 1990.96kcal; 104.13g; 67.8g; 249.47g; 149.89mg; 14mg; 692.65mg; 11.9g; 44.78g; 34.18g; 34.02g; 16.35g; 4761.58mg; 3861.16mg; 1832.74mg

sobota 2026-03-07		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (4), szynka z indyka 40g/2pl 30g, Salata 18g, maslo 83% 15g, chleb zwykly 3kronki 90g, D em 25g 25g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO1), sos brokułowy 150g 150ml (2), makaron penne 200g 200g, marchewoprószana 150g 100g (2), kisiel - kompot 250 250ml, filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SO1,SO2),	kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, maslo ro l 55% 20g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykly 3kronki 90g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, Salata 18g, salátka jarzynowa 100g 100g (2,4,5),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, Biskopky 5szt 15g (1,2),

Warto ci od wycze : 2095.72kcal; 94.58g; 53.05g; 313.59g; 134.05mg; 10.3mg; 383.38mg; 8.94g; 87.57g; 27.58g; 23.18g; 64.48g; 3572.29mg; 3191.04mg; 1230.69mg

sobota 2026-03-07		
Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku ślaskowego 4		
maslo mini 10g 10g, chleb zwykly 3kronki 90g, szynka konserwowa 60g-3pl 45g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), Jablko pieczone 150g 150g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO1), marchewoprószana 150g 150g (2), sos brokułowy 150g 150ml (2), makaron penne 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, bukiet królewski 150g 150g (2), filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SO1,SO2),	szynka wile ska 60g/3pl 60g, maslo ro l 55% 20g, chleb zwykly 3kronki 90g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, D em 25g 25g,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłki nocny: mus owocowy 100g 100ml,
--	--	--

Wartości odżywcze : 2140,05 kcal; : 95,72g : 54,86g : 322,03g : 147,23mg : 10,12mg : 284,73mg : 8,36g : 97,6g : 28,97g : 29,01g : 56,65g : 3340,41mg : 3333,26mg : 1200,58mg

sobota 2026-03-07 Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczyptoru 80g 80g (4), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, Pomidor 100g 100g, szynka konserwowa 60g-3pl 45g, Chleb razowy 1kr 30g (2),	zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO1), sos brokułowy 150g 150ml (2), makaron pełnoziarnisty 200g 200g, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (5), kisiel - kompot 250 250ml, filet drobi. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SO1,SO2),	szynka wędzona 60g/3pl 60g, sałatka jarzynowa 100g 100g (2,4,5), masło rolnicze 20g, chleb zwykły 3 kromki 90g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, Salata 18g,
		Posiłki nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odżywcze : 1877,62 kcal; : 98,73g : 42,22g : 279,83g : 150,83mg : 9,66mg : 281,31mg : 9,73g : 78,64g : 21,32g : 24,91g : 49,13g : 3887,32mg : 3604,18mg : 1285,91mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
nieдіa 2026-03-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, Pasta z soczewicy 80g 80g (<u>1 2 5</u> , <u>4 5 6 12 50</u>), Pomidor 100g 100g, masło mini 10g 10g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (<u>1</u>), Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, buraczki z jabłkiem 100g 100g, kisiel - kompot 250 250ml, karkówka w sosie pieczeniowym 160g 160g (<u>1 4 5 6 12 50</u>),	Salatka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (<u>1 4 5 6 7 12 50</u>), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, Jogurt naturalny 1szt 1 szt (<u>4</u>),

Warto ci od wcz: : 187313kcal; 83.67g : 66.73g : 237.07g : 115.24mg : 11.18mg : 286.29mg : 6.28g : 67.96g : 3057g : 22.04g : 53.44g : 2515.21mg : 3613.08mg : 1141.24mg

nieдіa 2026-03-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>), chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>),	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), marchew oprószana 150g 150g (<u>1</u>), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	salatka z buraczką, jabłkami i rukolą 120g 120g (<u>4 7</u>), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od wcz: : 2009.55kcal; 90.45g : 71.41g : 256.53g : 113.08mg : 10.98mg : 322.77mg : 7.64g : 81.46g : 32.9g : 26.71g : 53.91g : 3047.92mg : 4112.63mg : 1215.78mg

nieдіa 2026-03-08 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy		
Pasta z soczewicy 80g 80g (<u>1 4 5 6 12 50</u>), masło mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, Pomidor 100g 100g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>), Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	Salatka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (<u>1 4 5 6 7 12 50</u>), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
II niadanie kromka chleba raz. z twar. ogórkiem 80g 80g (<u>1 4</u>),		Posilek nocny: Kromka chleba raz. z w. dlin i rzodkiewk 40g (<u>1</u>),

Warto ci od wcz: : 1906.91kcal; 91.16g : 65.58g : 246.01g : 125.74mg : 13.42mg : 311.87mg : 7.79g : 50.78g : 32.03g : 35.42g : 25.52g : 3114.42mg : 4226.69mg : 1529.52mg

nieдіa 2026-03-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>), chleb zwykły 3 kromki 90g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>), Pomidor 100g 100g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), ziemniaki 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (<u>1</u>), kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wile ska 60g/3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, salatka z buraczką, jabłkami i rukolą 120g 120g (<u>4 7</u>),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od wcz: : 1885.25kcal; 97.19g : 53.67g : 267.29g : 113.08mg : 11.43mg : 268.65mg : 8.4g : 81.65g : 17.96g : 27.41g : 54.36g : 3346.5mg : 4217.12mg : 1272.42mg

nieдіa 2026-03-08 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku śluzowego 4		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>), chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 50g, Salata 18g, masło mini 10g 10g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>),	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), ziemniaki 200g 200g, sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), buraczki z jabłkiem 100g 100g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Deser z kaszy manny z d. emem 250ml (<u>1 4</u>), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości od ywczce : 2094.49 kcal : 94.3 g : 66.81 g : 282.13 g : 103.66 mg : 10.95 mg : 327.93 mg : 7.59 g : 93.11 g : 32.71 g : 22.54 g : 59.08 g : 3025.86 mg : 4014.34 mg : 1319.07 mg

niedziela 2026-03-08		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Chleb zwykły 1 kromka 35g 35g, Pomidor 100g 50g, Salata 18g, kielbasa szynkowa vp. 3pl 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pasta z soczewicy 80g 80g (1.4.5.6.12.50),	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (1.2.5), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), buraczki z jabłkiem 100g 100g, ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	salatka z buraczka, jabłki i rukoli 120g 120g (4.2), szynka wle ska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłki nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartości od ywczce : 1966.46 kcal : 85.72 g : 63.33 g : 269.15 g : 113.28 mg : 12.95 mg : 270.88 mg : 7.82 g : 72.98 g : 23.83 g : 28.43 g : 59.19 g : 3124.48 mg : 3783.45 mg : 1122.82 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
pasta z warzyw fileta drobiowego 80g 80g (2,4,5), płatki jęczmieńne 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 (1,4,5,6,12,SO), Papryka wieprzowa 60g 60g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami. 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), Kapusta moda 150g 150g (1,4,5,6,12,SO), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (1),	kielbasa szynkowa w p. 3pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 155% 20g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g (2,4),

Wartości od poprzedniego dnia: 2185,05 kcal; 90,03g; 78,01g; 288,26g; 281,72mg; 12mg; 249,17mg; 6,77g; 61,49g; 28,8g; 31,03g; 27,5g; 2706,37mg; 3844,74mg; 1392,08mg

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
płatki jęczmieńne na mleku 300ml 300ml (4), pasta z warzyw fileta drobiowego 80g 80g (2,4,5), Schab pieczony 45g 3platy 45g (1,4,5,6,12,SO), chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), Brokuł na parze 150g 150g (1), bukiet królewski 150g 150g (1), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa w p. 3pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 155% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g (2,4),

Wartości od poprzedniego dnia: 2152,42 kcal; 97,09g; 71,92g; 287,21g; 197,32mg; 13,44mg; 297,62mg; 6,64g; 50,66g; 32,1g; 32,03g; 23,33g; 2650,1mg; 3518,49mg; 1425,94mg

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy		
pasta z warzyw fileta drobiowego 80g 80g (2,4,5), płatki jęczmieńne 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 (1,4,5,6,12,SO), Papryka wieprzowa 60g 60g,	Zupa z soczewicy i ziemniakami. 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry brzozy 200g 200g, Kapusta moda 150g 150g (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (1),	kielbasa szynkowa w p. 3pl 30g, masło 155% 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. d. 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60g (1),		Posiłek nocny: Grahanka z pastą z jajka i tuńczyka 85g (2,4),

Wartości od poprzedniego dnia: 2396,21 kcal; 97,73g; 84,77g; 324,82g; 275,12mg; 16,12mg; 439,15mg; 8,14g; 57,37g; 30,85g; 46,85g; 23,77g; 3250,65mg; 4317,38mg; 1871,32mg

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
pasta z warzyw fileta drobiowego 80g 80g (2,4,5), Schab pieczony 45g 3platy 45g (1,4,5,6,12,SO), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g, Salata 18g, płatki jęczmieńne na mleku 300ml 300ml (4),	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), Brokuł na parze 150g 150g (1), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa w p. 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło 155% 20g,
		Posiłek nocny: Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g (2,4),

Wartości od poprzedniego dnia: 2066,73 kcal; 100,25g; 54,35g; 299,53g; 135,55mg; 12,54mg; 279,61mg; 7,45g; 53,92g; 23,71g; 26,97g; 26,08g; 2967,07mg; 3088,33mg; 1452,92mg

poniedziałek 2026-03-09 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4		
płatki jęczmieńne na mleku 300ml 300ml (4), pasta z warzyw fileta drobiowego 80g 80g (2,4,5), Schab pieczony 45g 3platy 45g (1,4,5,6,12,SO), chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (1),	kielbasa szynkowa w p. 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło 155% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g (2,4),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości od wczoraj : 2103.28 kcal : 100.24g : 62.55g : 29.15g : 132.7 mg : 12.47 mg : 304.41 mg : 7.45 g : 44.73 g : 29.18 g : 26.77 g : 22.58 g : 2967.72mg : 3075.08mg : 1451.12mg

poniedziałek 2026-03-09		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
plaki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (14), pasta z warzyw i fileta drobi 80g 80g (245), Papryka wieńcowa 60g 60g, Schab pieczony 45g 3platy 45g (14561250), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (124561250), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 120g (1), ryż biały 200g 200g (1), kisiel-kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa dr. 3pl. 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło rosl. 55% 20g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g (24),

Wartości od wczoraj : 2114.31 kcal : 98.19g : 63.21g : 29.29g : 214.7 mg : 12.97 mg : 303.35 mg : 7.31 g : 49.13 g : 29.13 g : 28.05 g : 22.61 g : 2911.6mg : 3331.99mg : 1443.26mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
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 -kapu niak ze slod.kapusty 350ml 350ml (2, 4, 5, 6, 12, S01), 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 (5),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (5), 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: bulka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (5)

Warto ci od ywze: : 2049.91 kcal; 84.31 g; 79.32 g; 254.27 g; 126.94 mg; 11.08 mg; 455.5 mg; 7.45 g; 41.72 g; 31.55 g; 25.67 g; 23.55 g; 2989.51 mg; 3557.15 mg; 1298.82 mg

wtorek 2026-03-10 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 kartoflanka 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 (5), 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: Bulka psz.z pasta z twarogu 85g (5)

Warto ci od ywze: : 2145.56 kcal; 87.75 g; 74.94 g; 284.94 g; 112.13 mg; 11.68 mg; 470.45 mg; 8.73 g; 43.26 g; 32.23 g; 26.45 g; 29.4 g; 3494.64 mg; 3872.67 mg; 1301.44 mg

wtorek 2026-03-10 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 -kapu niak ze slod.kapusty 350ml 350ml (2, 4, 5, 6, 12, S01), Udko pieczone 100g 100g (2, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (5), sos koperkowy 100ml 100ml (2),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (5), 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, 5)		Posilek nocny: bulka grahamka z twarogiem i ogórkiem 80g (5)

Warto ci od ywze: : 2057.75 kcal; 89.93 g; 75.26 g; 262.16 g; 133.75 mg; 13.57 mg; 459.8 mg; 7.83 g; 42.49 g; 32.93 g; 33.88 g; 22.36 g; 3142.28 mg; 3944.14 mg; 1583.93 mg

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
twaróg 30g /pudlo 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 kartoflanka 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 (5),
		Posilek nocny: Bulka psz.z pasta z twarogu 85g (5)

Warto ci od ywze: : 2014.15 kcal; 89.25 g; 56.7 g; 300.58 g; 109.57 mg; 11.8 mg; 407.46 mg; 8.92 g; 52.4 g; 17.06 g; 28.04 g; 31.93 g; 3569.18 mg; 3896.47 mg; 1317.39 mg

wtorek 2026-03-10 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku slawkowego 4		
jajko na twardo 1szt 1 szt (2), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykly 3kronki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2),	zupa kartoflanka 350ml 350ml (2), Udko drob.duszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (2), marchewoprószana 150g 150g (2),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 80g (5), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Bułka psz.z pastą z twarogu 85g (2)
--	--	---

Wartości odżywcze: 2155,99kcal; 93,05g; 75,91g; 279,69g; 106,45mg; 11,6mg; 484,76mg; 8,64g; 40,08g; 32,7g; 25,65g; 26,22g; 3457,44mg; 3861,36mg; 1328,42mg

wtorek 2026-03-10			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
jajko na twardo 1szt. 1 szt (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ketchup 25g 25g,	zupa kartoflanka 350ml 350ml (2), Udka drożdżowe 100g 100g (1,4,5,6,12,SO), SO, ziemniaki 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (2)	Salatka z makaronem ryżowym w dliny i koperkiem 100g 80g (2), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rośl. 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		Posiłek nocny: Bułka psz.z pastą z twarogu 100g (2)			

Wartości odżywcze: 2136,24kcal; 94,23g; 70,27g; 286,83g; 126,03mg; 12,94mg; 596,98mg; 8,89g; 42,08g; 26,05g; 27,01g; 26,9g; 3555,93mg; 3980,39mg; 1405,61mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: ortopedia		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
roda 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa DOI		
salatka jarzynowa 100g 100g (245), masło mini 10g 10g, Rzodkiewka 40g 40g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (12), chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120g (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Buraczki na ciepło 150g 150g,	chleb zwykły 2kr 70g, pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Ogórek kiszony 50g 50g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pasztetem i ogórkiem 85g,

Warto ci od wcz: : 2178.11 kcal; : 81.84g : 90.37g : 262.55g : 99.58mg : 14.57mg : 377.94mg : 8.65g : 38.94g : 36.51g : 23.34g : 31.6g : 3455.52mg : 3460.07mg : 1086.15mg

roda 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
salatka jarzynowa 100g 100g (245), PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (12), chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Buraczki na ciepło 150g 150g,	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka pszenna z pasztetem 85g,

Warto ci od wcz: : 2187 kcal; : 77.51g : 91.78g : 266.72g : 104.36mg : 14.54mg : 373.54mg : 7.8g : 42.05g : 37.88g : 24.68g : 32.61g : 3114.68mg : 3541.4mg : 1062.18mg

roda 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glównianów 6		
chleb razowy 60g 2kr 60g (2), masło mini 10g 10g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (12), Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, salatka jarzynowa 100g 100g (245), Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Rzodkiewka 40g 40g,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z kapusty kiszony 100g 100g,	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
II niadanie kromka chleba razowego z jajkiem i ogórkiem 65g (12),		Posilek nocny: Bułka grahamka z pasztetem i ogórkiem 85g, mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od wcz: : 2249.42 kcal; : 84.75g : 86.65g : 291.17g : 106.34mg : 15.93mg : 565.36mg : 8.75g : 57.2g : 38.89g : 34.13g : 46.08g : 3488.01mg : 3689.82mg : 1398.24mg

roda 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
chleb zwykły 3 kromki 90g, kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, Salata 18g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, salatka jarzynowa 100g 100g (245),	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Buraczki na ciepło 150g 120g,	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z masłem i vedlin 85g,

Warto ci od wcz: : 1853.11 kcal; : 76.95g : 63.33g : 255.69g : 99.64mg : 13.28mg : 283.76mg : 8.15g : 39.64g : 22.71g : 23.6g : 30.39g : 3250.17mg : 3459.07mg : 1061.77mg

roda 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku trawicznego 4		
salatka jarzynowa 100g 100g (245), masło mini 10g 10g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (12), salatka jarzynowa 100g 100g (245), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, chleb zwykły 3 kromki 90g,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), Buraczki na ciepło 150g 120g, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka pszenna z pasztetem 85g,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości od yczce : 2137,52 kcal : 78,07 g : 83,08 g : 274,15 g : 114,91 mg : 14,94 mg : 401,16 mg : 8,18 g : 42,55 g : 31,04 g : 26,23 g : 32,42 g : 3260,34 mg : 3727,91 mg : 1116,78 mg

rodzaj 2026-03-11		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7	
salatka jarzynowa 100g 100g (<u>245</u>), chleb zwykły 3 kromki 90 g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Pomidor 100g 100g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (<u>12</u>), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, masłomini 10g 10g,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (<u>1456</u>), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120g (<u>2</u>), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Buraczki na ciepło 150g 120g, kisiel - kompot 250 250ml,	chleb zwykły 2kr 70g, pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	
		Posiłek nocny: Bułka psz. z paszletem i ogórkiem 85g,	

Wartości od yczce : 2145,59 kcal : 81,76 g : 86,77 g : 262,97 g : 116,04 mg : 14,31 mg : 377,94 mg : 7,63 g : 39,83 g : 36,3 g : 23,67 g : 29,67 g : 3045,66 mg : 3573,78 mg : 1088,34 mg