

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-11 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
kefir 200ml (BIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), sałatka z selera konserwowego 100g (SEL), Pomidor 60g , mix sałat z pestkami dyni 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml ,	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony z cebulką 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser topiony 25g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), miód 25g , sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 60g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2179.70 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 93.01 g; Węglowodany ogółem: 268.73 g; Witamina C: 111.40 mg; Wapń: 671.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1199.77 ug; Błonnik pokarmowy: 23.71 g; suma cukrów prostych: 39.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.23 g; sól: 2047.05 mg;		
czwartek 2025-12-11 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
kefir 200ml (BIA), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), dżem 25g , Pomidor 60g , mix sałat 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml ,	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), pulpet duszony wieprzowy 110g (GLU, JAJ), sos koperkowy 100ml (GLU), szpinak 150g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser topiony 25g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), miód 25g , dynia gotowana 60g (GLU, JAJ, SEL), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2165.17 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 77.18 g; Węglowodany ogółem: 297.94 g; Witamina C: 151.08 mg; Wapń: 718.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2257.84 ug; Błonnik pokarmowy: 24.91 g; suma cukrów prostych: 21.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.40 g; sól: 1336.64 mg;		
czwartek 2025-12-11 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
kefir 200ml (BIA), sałatka z selera konserwowego 100g (SEL), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), Pomidor 60g , mix sałat z pestkami dyni 15g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , II Śniadanie: kiwi 150g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony z cebulką 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: surowe warzywa w słupki 150g ,	ser topiony 25g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), poledwica drobiowa 20g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2157.47 kcal; Białko ogółem: 93.26 g; Tłuszcz: 94.18 g; Węglowodany ogółem: 260.95 g; Witamina C: 181.54 mg; Wapń: 712.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1317.63 ug; Błonnik pokarmowy: 30.22 g; suma cukrów prostych: 39.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.41 g; sól: 2055.72 mg;		
czwartek 2025-12-11 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
kefir 200ml (BIA), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), dżem 25g , Pomidor 60g , mix sałat 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml ,	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), pulpet duszony wieprzowy 110g (GLU, JAJ), sos koperkowy 100ml (GLU), szpinak 150g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta z drobiu z jarzynami 70g (BIA, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), miód 25g , dynia gotowana 60g (GLU, JAJ, SEL), rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2217.60 kcal; Białko ogółem: 100.69 g; Tłuszcz: 77.40 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; Witamina C: 160.72 mg; Wapń: 686.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2442.17 ug; Błonnik pokarmowy: 26.56 g; suma cukrów prostych: 23.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.66 g; sól: 1216.23 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-11 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 450ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml , II Śniadanie: kefir 200ml (BIA),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml (BIA),	Zupa koperkowa wzmocniona 400ml (GLU, SEL), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2177.77 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 87.05 g; Węglowodany ogółem: 256.40 g; Witamina C: 164.56 mg; Wapń: 1255.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3618.24 ug; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.09 g; sól: 1815.07 mg;		
czwartek 2025-12-11 Dieta: PAKOWATA (12)		
zupa mleczna z kaszą wzmocniona 350ml (BIA), herbata ziołowa 250ml , II Śniadanie: kefir 200ml (BIA),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmięszana 350ml (GLU, SEL), schab duszony zmięszany 110g (MIĘ), sos koperkowy 100ml (GLU), puree ziemniaczane 250g , szpinak mielony 150g (BIA, GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml (BIA),	Zupa koperkowa wzmocniona 350ml (GLU, SEL), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 200g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2007.37 kcal; Białko ogółem: 137.96 g; Tłuszcz: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 247.71 g; Witamina C: 372.12 mg; Wapń: 1503.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4145.64 ug; Błonnik pokarmowy: 42.96 g; suma cukrów prostych: 42.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.46 g; sól: 640.63 mg;		
czwartek 2025-12-11 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
kefir 200ml (BIA), sałatka z selera konserwowego 100g (SEL), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), Pomidor 60g , mix sałat z pestkami dyni 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml , pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ),	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony z cebulką 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta z drobiu z jarzynami 70g (BIA, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), miód 25g , sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.13 kcal; Białko ogółem: 97.96 g; Tłuszcz: 93.24 g; Węglowodany ogółem: 272.76 g; Witamina C: 121.04 mg; Wapń: 639.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1384.10 ug; Błonnik pokarmowy: 25.36 g; suma cukrów prostych: 41.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.48 g; sól: 1926.64 mg;		
czwartek 2025-12-11 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
kefir 200ml (BIA), sałatka z selera konserwowego 100g (SEL), szynka konserwowa drobiowa 50g (MIĘ), Pomidor 60g , mix sałat z pestkami dyni 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , II Śniadanie: kiwi 150g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kotlet mielony z cebulką 110g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 250g , sałatka z ogórka kiszzonego z olejem rzepakowym 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: manna z soki 200g (BIA, GLU),	ser topiony 25g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), miód 25g , sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2420.18 kcal; Białko ogółem: 96.44 g; Tłuszcz: 97.31 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; Witamina C: 167.11 mg; Wapń: 913.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1251.20 ug; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; suma cukrów prostych: 60.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.51 g; sól: 2130.93 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-12 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), pasta z ryby wędzonej 100g (JAJ , DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ , DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU , JAJ , ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU , JAJ), herbata b/c 250ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (GLU , JAJ , SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU , JAJ), groszek z marchewką 150g (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	bigos z cukini 150g (DWU), poledwica drobiowa 50g (MIĘ , DWU), Serek fromage 50g (BIA), sałatka z papryki z nasionami słonecznika 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU , JAJ , ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU , JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2207.56 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 87.44 g; Węglowodany ogółem: 273.29 g; Witamina C: 292.00 mg; Wapń: 892.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4982.10 ug; Błonnik pokarmowy: 31.91 g; suma cukrów prostych: 35.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.27 g; sól: 2262.56 mg;		
piątek 2025-12-12 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), paprykarz 70g (SEL , DWU , RYB), szynka drobiowa 50g (MIĘ , DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), herbata b/c 250ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (GLU , JAJ , SEL), Pulpet z jaj 100g (JAJ), sos pietruszkowy 100ml (GLU), marchew gotowana 150g (DWU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	bigos z cukini 150g (DWU), twarożek z ziołami 70g (BIA), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2074.65 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 74.99 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; Witamina C: 244.48 mg; Wapń: 877.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5766.51 ug; Błonnik pokarmowy: 32.62 g; suma cukrów prostych: 35.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.62 g; sól: 1949.82 mg;		
piątek 2025-12-12 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
Ryż brązowy na mleku 250ml (BIA), pasta z ryby wędzonej 100g (JAJ , DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ , DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU , JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: jabłko 150g 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (GLU , SEL), Kotlet z jaj 100g (GLU , JAJ), groszek z marchewką 150g (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: surówka z warzyw mieszanych 150g ,	bigos z cukini 150g (DWU), Serek fromage 70g (BIA), sałatka z papryki z nasionami słonecznika 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU , JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2257.11 kcal; Białko ogółem: 106.54 g; Tłuszcz: 88.20 g; Węglowodany ogółem: 295.36 g; Witamina C: 345.80 mg; Wapń: 920.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4785.77 ug; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; suma cukrów prostych: 44.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.52 g; sól: 2266.64 mg;		
piątek 2025-12-12 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
zupa mleczna z ryżem 250ml (BIA), paprykarz 70g (SEL , DWU , RYB), szynka drobiowa 50g (MIĘ , DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), herbata b/c 250ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml (GLU , JAJ , SEL), pulpet z ryby 110g (GLU , JAJ , RYB), sos pietruszkowy 100ml (GLU), marchew gotowana 150g (DWU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	bigos z cukini 150g (DWU), twarożek z ziołami 70g (BIA), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2003.38 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 56.00 g; Węglowodany ogółem: 303.23 g; Witamina C: 245.67 mg; Wapń: 821.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5351.36 ug; Błonnik pokarmowy: 34.43 g; suma cukrów prostych: 35.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.51 g; sól: 2080.78 mg;		

Własność P.P.H.U. Eksport-Import "Martina". Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-13 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
jogurt naturalny 1szt (BIA), pasta z soczewicy i marchewki 70g (GLU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, roszponka 15g, masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml (BIA, GLU),	Dyniowa krem z pestkami dyni 350ml (GLU, JAJ, SEL), kotlet z fileta z kurczaka panierowany 100g (GLU, JAJ), surówka z buraczków i jabłka 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g (BIA), dżem 25g, szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek kiszony 60g, rukola z pestkami dyni 15g, masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml, Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2037.68 kcal; Białko ogółem: 93.48 g; Tłuszcz: 58.90 g; Węglowodany ogółem: 307.49 g; Witamina C: 113.49 mg; Wapń: 790.23 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2036.36 ug; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; suma cukrów prostych: 37.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.78 g; sól: 1820.78 mg;		
sobota 2025-12-13 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
jogurt naturalny 1szt (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, roszponka 15g, masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml (BIA, GLU),	Dyniowa krem 350ml (GLU, SEL), klopsik z fileta z kurczaka 100g, sos 100ml (GLU), buraczki bez cukru 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), dżem 25g, cukinia z wody 60g, rukola 15g, masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.94 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 81.15 g; Węglowodany ogółem: 288.39 g; Witamina C: 121.02 mg; Wapń: 1070.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1899.39 ug; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; suma cukrów prostych: 53.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.17 g; sól: 1550.33 mg;		
sobota 2025-12-13 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
jogurt naturalny 1szt (BIA), pasta z soczewicy i marchewki 70g (GLU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, roszponka 15g, masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml, II Śniadanie: pomarańcza 1szt - 150g 1szt,	Dyniowa krem z pestkami dyni 350ml (GLU, JAJ, SEL), kotlet z fileta z kurczaka panierowany 100g (GLU, JAJ), surówka z buraczków i jabłka 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, Podwieczorek: surówka z kapusty pekińskiej bez cukru 150g,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek kiszony 60g, rukola z pestkami dyni 15g, masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml, herbata owocowa 250ml, Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2058.24 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 61.01 g; Węglowodany ogółem: 318.19 g; Witamina C: 330.96 mg; Wapń: 730.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2493.65 ug; Błonnik pokarmowy: 45.52 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.10 g; sól: 1788.74 mg;		
sobota 2025-12-13 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
jogurt naturalny 1szt (BIA), Serek kanapkowy 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, roszponka 15g, masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml (BIA, GLU),	Dyniowa krem 350ml (GLU, SEL), klopsik z fileta z kurczaka 100g, buraczki bez cukru 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), dżem 25g, cukinia z wody 60g, rukola 15g, masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2111.44 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 71.86 g; Węglowodany ogółem: 283.46 g; Witamina C: 121.02 mg; Wapń: 1084.31 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1605.90 ug; Błonnik pokarmowy: 28.58 g; suma cukrów prostych: 55.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.12 g; sól: 1505.86 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-13 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z płatkami wznocniona 450ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt (BIA),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel 200g ,	Zupa kalafiorowa - krem 450ml (GLU, SEL), herbata owocowa 250ml , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2174.30 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 75.56 g; Węglowodany ogółem: 302.45 g; Witamina C: 172.75 mg; Wapń: 973.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3452.49 ug; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; suma cukrów prostych: 60.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.32 g; sól: 1700.88 mg;		
sobota 2025-12-13 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z płatkami wznocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt (BIA),	Dyniowa krem 350ml (GLU, SEL), klopsik z fileta z kurczaka 100g , puree ziemniaczane 250g , buraczki zmiiksowane 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Zupa kalafiorowa - krem 450ml (GLU, SEL), herbata owocowa 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2244.46 kcal; Białko ogółem: 124.45 g; Tłuszcz: 63.65 g; Węglowodany ogółem: 349.75 g; Witamina C: 426.87 mg; Wapń: 1664.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5924.75 ug; Błonnik pokarmowy: 59.49 g; suma cukrów prostych: 66.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.48 g; sól: 1702.83 mg;		
sobota 2025-12-13 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWASÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
jogurt naturalny 1szt (BIA), pasta z soczewicy i marchewki 70g (GLU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml (BIA, GLU),	Dyniowa krem z pestkami dyni 350ml (GLU, JAJ, SEL), filet z kurczaka duszony 100g (GLU), surówka z buraczków i jabłka 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), dżem 25g , ogórek kiszony 60g , rukola z pestkami dyni 15g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2017.26 kcal; Białko ogółem: 102.64 g; Tłuszcz: 47.68 g; Węglowodany ogółem: 320.31 g; Witamina C: 123.74 mg; Wapń: 1093.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2454.59 ug; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; suma cukrów prostych: 51.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.92 g; sól: 1831.15 mg;		
sobota 2025-12-13 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
jogurt naturalny 1szt (BIA), pasta z soczewicy i marchewki 70g (GLU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: pomarańcza 1szt - 150g 1szt ,	Dyniowa krem z pestkami dyni 350ml (GLU, JAJ, SEL), kotlet z fileta z kurczaka panierowany 100g (GLU, JAJ), ziemniaki z koperkiem 250g , surówka z buraczków i jabłka 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: naleśniki z musem jabłkowym 150g (BIA, GLU, JAJ),	Twaróg kostka 70g (BIA), dżem 25g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek kiszony 60g , rukola z pestkami dyni 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml , Posiłek nocny: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2264.96 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 66.40 g; Węglowodany ogółem: 347.82 g; Witamina C: 287.01 mg; Wapń: 753.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2046.54 ug; Błonnik pokarmowy: 38.57 g; suma cukrów prostych: 50.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.53 g; sól: 1790.11 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-14 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
kakao 250ml (BIA), sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), rzodkiewka 60g , mix sałat z siemieniem lnianym 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), kalafior z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w jarzynach 150g (MIĘ, RYB, SEL, DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka świeża 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2230.97 kcal; Białko ogółem: 140.28 g; Tłuszcz: 79.42 g; Węglowodany ogółem: 264.83 g; Witamina C: 286.85 mg; Wapń: 765.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2824.21 ug; Błonnik pokarmowy: 32.69 g; suma cukrów prostych: 38.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.56 g; sól: 2152.67 mg;		
niedziela 2025-12-14 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
kakao 250ml (BIA), sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), bukiet jarzyn z wody 60g , mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy 110g (GLU, JAJ, MIĘ), kalafior z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w jarzynach 150g (MIĘ, RYB, SEL, DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2133.40 kcal; Białko ogółem: 145.16 g; Tłuszcz: 70.01 g; Węglowodany ogółem: 253.97 g; Witamina C: 225.08 mg; Wapń: 791.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3033.13 ug; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 39.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.00 g; sól: 1812.84 mg;		
niedziela 2025-12-14 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
kakao 250ml (BIA), sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), rzodkiewka 60g , mix sałat z siemieniem lnianym 30g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: Sok warzywny 200ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy 110g (GLU, JAJ, MIĘ), kalafior z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	Ryba w jarzynach 150g (MIĘ, RYB, SEL, DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka świeża 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2227.35 kcal; Białko ogółem: 153.55 g; Tłuszcz: 71.40 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; Witamina C: 401.04 mg; Wapń: 921.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5117.21 ug; Błonnik pokarmowy: 45.84 g; suma cukrów prostych: 56.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.22 g; sól: 1913.56 mg;		
niedziela 2025-12-14 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
herbata ziołowa 250ml (BIA), sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), bukiet jarzyn z wody 60g , mix sałat 30g , masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy (z mięsa mielonego) 110g (GLU, JAJ, MIĘ), kalafior z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w jarzynach 150g (MIĘ, RYB, SEL, DWU), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2066.44 kcal; Białko ogółem: 145.10 g; Tłuszcz: 62.63 g; Węglowodany ogółem: 253.90 g; Witamina C: 225.08 mg; Wapń: 790.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2959.87 ug; Błonnik pokarmowy: 30.20 g; suma cukrów prostych: 39.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.14 g; sól: 1812.74 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-12-14 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 400ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), kakao 250ml (BIA), II Śniadanie: Sok owocowo warzywny 200ml ,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: maślanka 200g (BIA),	Zupa z białych warzyw 450ml (GLU, SEL), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2336.12 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 84.94 g; Węglowodany ogółem: 295.29 g; Witamina C: 190.99 mg; Wapń: 1238.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4219.07 ug; Błonnik pokarmowy: 30.12 g; suma cukrów prostych: 84.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.06 g; sól: 1857.17 mg;		
niedziela 2025-12-14 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), kakao 250ml (BIA), II Śniadanie: Sok owocowo warzywny 200ml ,	Zupa pomidorowa krem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy mielony 110g (GLU, JAJ, MIĘ), puree ziemniaczane 250g , puree z kalafiora 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: maślanka 200g (BIA),	Zupa z białych warzyw 450ml (GLU, SEL), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2271.24 kcal; Białko ogółem: 144.36 g; Tłuszcz: 73.07 g; Węglowodany ogółem: 309.35 g; Witamina C: 481.58 mg; Wapń: 1575.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6279.58 ug; Błonnik pokarmowy: 53.15 g; suma cukrów prostych: 72.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.60 g; sól: 1275.80 mg;		
niedziela 2025-12-14 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
kakao 250ml (BIA), sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), rzodkiewka 60g , mix sałat z siemieniem lnianym 30g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ),	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy (mięso mielone) 110g (GLU, JAJ, MIĘ), kalafior z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w jarzynach 150g (MIĘ, RYB, SEL, DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka świeża 60g , sałata 30g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2051.34 kcal; Białko ogółem: 145.46 g; Tłuszcz: 62.87 g; Węglowodany ogółem: 251.03 g; Witamina C: 286.59 mg; Wapń: 791.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2876.60 ug; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; suma cukrów prostych: 38.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.19 g; sól: 1799.91 mg;		
niedziela 2025-12-14 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
kakao 250ml (BIA), sałatka jarzynowa 100g (BIA, JAJ, SEL), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), rzodkiewka 60g , mix sałat z siemieniem lnianym 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), II Śniadanie: Sok owocowo warzywny 200ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), zrazik wieprzowy 110g (GLU, JAJ, MIĘ), ziemniaki z koperkiem 250g , kalafior z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	Ryba w jarzynach 150g (MIĘ, RYB, SEL, DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka świeża 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2259.75 kcal; Białko ogółem: 152.14 g; Tłuszcz: 71.18 g; Węglowodany ogółem: 287.98 g; Witamina C: 401.04 mg; Wapń: 915.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5117.21 ug; Błonnik pokarmowy: 42.49 g; suma cukrów prostych: 56.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.19 g; sól: 1913.46 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA), Pasta mięsna 70g (JAJ , MIĘ , SEL), dżem 25g , szynka wieprz. 30g (MIĘ , DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU , JAJ , ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU , JAJ), herbata owocowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU , SEL), kopytka z sosem pieczarkowym 350g (GLU , JAJ), surówka z kapusty białej 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasztet drobiowy 70g (GLU , JAJ , SOJ , SEL), ser żółty 50g (BIA), ogórek konserwowy 60g (GOR), roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU , JAJ , ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU , JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2510.63 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 92.93 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; Witamina C: 161.34 mg; Wapń: 1217.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2801.04 ug; Błonnik pokarmowy: 29.63 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; sól: 2790.19 mg;		
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA), Pasta mięsna 70g (JAJ , MIĘ , SEL), dżem 25g , szynka wieprz. 30g (MIĘ , DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), herbata owocowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU , SEL), kopytka z sosem jarzynowym 350g (GLU , JAJ), dynia gotowana 150g (GLU , JAJ , SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	poledwica drobiowa 50g (MIĘ , DWU), szynka (wędlina) w galarecie 60g (MIĘ , DWU), pasta selerowa 70g (BIA , SEL), roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2404.42 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 68.53 g; Węglowodany ogółem: 363.51 g; Witamina C: 149.38 mg; Wapń: 1060.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3218.04 ug; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g; sól: 1892.16 mg;		
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA), Pasta mięsna 70g (JAJ , MIĘ , SEL), szynka wieprz. 50g (MIĘ , DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU , JAJ), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: maślanka 200g (BIA),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU , SEL), kopytka z sosem pieczarkowym 350g (GLU , JAJ), surówka z kapusty białej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: fasolka szparagowa z wody 150g ,	pasztet drobiowy 70g (GLU , JAJ , SOJ , SEL), ser żółty 50g (BIA), ogórek konserwowy 60g (GOR), roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU , JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2542.94 kcal; Białko ogółem: 118.03 g; Tłuszcz: 95.01 g; Węglowodany ogółem: 343.18 g; Witamina C: 173.58 mg; Wapń: 1526.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2889.69 ug; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.05 g; sól: 2895.45 mg;		
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA), Pasta mięsna 70g (JAJ , MIĘ , SEL), dżem 25g , szynka wieprz. 30g (MIĘ , DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA , GLU), masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), herbata owocowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU , SEL), kopytka z sosem jarzynowym 350g (GLU , JAJ), dynia gotowana 150g (GLU , JAJ , SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	poledwica drobiowa 50g (MIĘ , DWU), szynka (wędlina) w galarecie 60g (MIĘ , DWU), marchew gotowana 60g (DWU), roszponka 15g , masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU , JAJ , ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA , GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2333.50 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 60.85 g; Węglowodany ogółem: 364.02 g; Witamina C: 147.64 mg; Wapń: 1036.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3674.80 ug; Błonnik pokarmowy: 34.26 g; suma cukrów prostych: 50.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.61 g; sól: 1894.93 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z płatkami wznocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Płynna wzmocniona z bulionem , mięsem drobiowym i warzywami 400ml (GLU, SEL), kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: manna z sokiem 200g (BIA, GLU),	Zupa pomidorowa wzmocniona 400ml (GLU, SEL, DWU), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2147.97 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 57.49 g; Węglowodany ogółem: 313.40 g; Witamina C: 200.24 mg; Wapń: 1199.71 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2228.20 ug; Błonnik pokarmowy: 26.34 g; suma cukrów prostych: 59.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.14 g; sól: 1442.16 mg;		
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z płatkami wznocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml (BIA, SEL), pulpet drobiowy duszony zmielony 110g (GLU, JAJ), dynia gotowana zmielona 150g (GLU, JAJ, SEL), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: manna z sokiem 200g (BIA, GLU),	Zupa pomidorowa wzmocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2281.45 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 62.93 g; Węglowodany ogółem: 366.28 g; Witamina C: 406.25 mg; Wapń: 1826.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5543.14 ug; Błonnik pokarmowy: 54.25 g; suma cukrów prostych: 89.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.26 g; sól: 2068.64 mg;		
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA), Pasta mięsna 70g (JAJ, MIĘ, SEL), szynka wieprz. 30g (MIĘ, DWU), dżem 25g , Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, SEL), kopytka z sosem pieczarkowym 350g (GLU, JAJ), surówka z kapusty białej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	szynka (wędlina) w galarecie 60g (MIĘ, DWU), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), roszponka 15g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2164.63 kcal; Białko ogółem: 93.91 g; Tłuszcz: 58.25 g; Węglowodany ogółem: 333.82 g; Witamina C: 158.82 mg; Wapń: 927.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1209.03 ug; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; suma cukrów prostych: 45.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.56 g; sól: 1965.98 mg;		
poniedziałek 2025-12-15 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 250ml (BIA), Pasta mięsna 70g (JAJ, MIĘ, SEL), szynka wieprz. 30g (MIĘ, DWU), dżem 25g , Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: Drożdżówka 80g (GLU, JAJ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g (GLU, SEL), kopytka z sosem pieczarkowym 350g (GLU, JAJ), surówka z kapusty białej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: ryż z sosem owocowym 200g ,	szynka (wędlina) w galarecie 50g (MIĘ, DWU), ser żółty 50g (BIA), ogórek konserwowy 60g (GOR), roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt owocowy 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2854.93 kcal; Białko ogółem: 111.30 g; Tłuszcz: 82.40 g; Węglowodany ogółem: 439.28 g; Witamina C: 158.82 mg; Wapń: 1223.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1460.49 ug; Błonnik pokarmowy: 31.42 g; suma cukrów prostych: 53.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.43 g; sól: 2457.62 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-16 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
kefir 200ml (BIA), jajecznica ze szczypiorkiem 70g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka zielonego z pomidorem i słonecznikiem 60g, sałata 30g, masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), udko duszone 150g, Surówka z selera i jabłka z rodzynkami bez cukru 150g (SEL), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2098.36 kcal; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 77.04 g; Węglowodany ogółem: 250.09 g; Witamina C: 150.44 mg; Wapń: 1131.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2000.06 ug; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; suma cukrów prostych: 49.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.80 g; sól: 1817.33 mg;		
wtorek 2025-12-16 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
kefir 200ml (BIA), jajecznica z zieleniną 70g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), cukinia z pomidorem 60g, sałata 30g, masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), udko duszone 150g, fasolka szparagowa z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2005.81 kcal; Białko ogółem: 122.48 g; Tłuszcz: 66.27 g; Węglowodany ogółem: 248.42 g; Witamina C: 154.41 mg; Wapń: 1159.89 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1428.73 ug; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; suma cukrów prostych: 45.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.03 g; sól: 1743.30 mg;		
wtorek 2025-12-16 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
kefir 200ml (BIA), jajecznica ze szczypiorkiem 70g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka zielonego z pomidorem i słonecznikiem 60g, sałata 30g, masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: Serek wiejski 150g (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), udko duszone 150g, Surówka z selera i jabłka z rodzynkami bez cukru 150g (SEL), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, Podwieczorek: sałatka z pieczonych warzyw 150g,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2414.14 kcal; Białko ogółem: 142.14 g; Tłuszcz: 98.83 g; Węglowodany ogółem: 269.28 g; Witamina C: 162.11 mg; Wapń: 1315.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4243.32 ug; Błonnik pokarmowy: 35.55 g; suma cukrów prostych: 65.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.76 g; sól: 1968.72 mg;		
wtorek 2025-12-16 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
kefir 200ml (BIA), jajecznica z białek na parze 70g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), cukinia z pomidorem 60g, sałata 30g, masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), udko duszone 150g, fasolka szparagowa z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g, szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2017.14 kcal; Białko ogółem: 126.10 g; Tłuszcz: 60.51 g; Węglowodany ogółem: 261.87 g; Witamina C: 162.16 mg; Wapń: 1162.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1391.94 ug; Błonnik pokarmowy: 26.80 g; suma cukrów prostych: 45.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.59 g; sól: 1757.43 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-12-16 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 400ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: kefir 250ml (BIA),	Płynna wzmocniona z bulionem, mięsem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	Dyniowa krem 450ml (GLU, SEL), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2255.38 kcal; Białko ogółem: 113.06 g; Tłuszcz: 80.33 g; Węglowodany ogółem: 301.91 g; Witamina C: 160.14 mg; Wapń: 1783.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4496.27 ug; Błonnik pokarmowy: 33.29 g; suma cukrów prostych: 79.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.77 g; sól: 1815.44 mg;		
wtorek 2025-12-16 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: kefir 200ml (BIA),	Krupnik zmięszowany 350ml (GLU, SEL), udko duszone zmięszowane 150g , puree ziemniaczane 250g , seler gotowany zmielony 150g (SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	Dyniowa krem 450ml (GLU, SEL), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2230.74 kcal; Białko ogółem: 139.66 g; Tłuszcz: 64.01 g; Węglowodany ogółem: 330.48 g; Witamina C: 418.18 mg; Wapń: 2057.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6261.33 ug; Błonnik pokarmowy: 59.14 g; suma cukrów prostych: 70.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.58 g; sól: 1575.49 mg;		
wtorek 2025-12-16 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
kefir 200ml (BIA), jajecznicza ze szczypiorkiem 70g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka zielonego z pomidorem i słonecznikiem 60g , sałata 30g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), udko duszone 150g , Surówka z selera i jabłka z rodzynkami bez cukru 150g (SEL), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2031.40 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 69.66 g; Węglowodany ogółem: 250.03 g; Witamina C: 150.44 mg; Wapń: 1129.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1926.80 ug; Błonnik pokarmowy: 27.09 g; suma cukrów prostych: 49.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.94 g; sól: 1817.33 mg;		
wtorek 2025-12-16 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
kefir 200ml (BIA), jajecznicza ze szczypiorkiem 70g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka zielonego z pomidorem i słonecznikiem 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: Serek z brzoskwiniami 150g (BIA),	Krupnik 350ml (GLU, SEL), udko duszone 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , Surówka z selera i jabłka z rodzynkami bez cukru 150g (SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: banan 150g 1szt ,	Twaróg kostka 70g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: owsianka z truskawkami 100ml (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2418.31 kcal; Białko ogółem: 140.06 g; Tłuszcz: 92.21 g; Węglowodany ogółem: 280.47 g; Witamina C: 160.16 mg; Wapń: 1264.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2061.35 ug; Błonnik pokarmowy: 28.93 g; suma cukrów prostych: 67.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.34 g; sól: 1877.81 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-17 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 200ml (BIA), sałatka cezara z kurczakiem i czerwoną fasolą 100g (JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser żółty 50g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka kiszzonego i pomidora z siemieniem lnianym 60g , roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2152.88 kcal; Białko ogółem: 95.37 g; Tłuszcz: 92.83 g; Węglowodany ogółem: 255.86 g; Witamina C: 247.58 mg; Wapń: 641.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1652.33 ug; Błonnik pokarmowy: 28.31 g; suma cukrów prostych: 17.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.96 g; sól: 2579.12 mg;		
środa 2025-12-17 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 200ml (BIA), sałatka cezara z kurczakiem 100g (JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml ,	Zupa krem z białych warzyw 350ml (SEL), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Serek kanapkowy 50g (BIA), miód 25g , szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), miks warzyw gotowanych 60g , roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2034.87 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 73.43 g; Węglowodany ogółem: 283.03 g; Witamina C: 275.24 mg; Wapń: 463.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2327.53 ug; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; suma cukrów prostych: 20.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.64 g; sól: 1772.19 mg;		
środa 2025-12-17 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 200ml (BIA), sałatka cezara z kurczakiem 100g (JAJ), szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: mandarynka 2szt ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: budyń czekoladowy 200ml (BIA),	szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), ser żółty 50g (BIA), sałatka z ogórka kiszzonego i pomidora z siemieniem lnianym 60g , roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2399.03 kcal; Białko ogółem: 105.89 g; Tłuszcz: 98.62 g; Węglowodany ogółem: 300.51 g; Witamina C: 304.56 mg; Wapń: 881.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1717.13 ug; Błonnik pokarmowy: 35.45 g; suma cukrów prostych: 45.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.79 g; sól: 2651.15 mg;		
środa 2025-12-17 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 200ml (BIA), sałatka cezara z kurczakiem 100g (JAJ), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml ,	zupa krem z białych warzyw 350ml (SEL), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 300g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	miód 25g , Serek kanapkowy 50g (BIA), szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), miks warzyw korzeniowych gotowanych 60g , roszponka 15g , masło 5g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2014.44 kcal; Białko ogółem: 86.32 g; Tłuszcz: 66.11 g; Węglowodany ogółem: 294.03 g; Witamina C: 283.93 mg; Wapń: 464.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2258.02 ug; Błonnik pokarmowy: 32.82 g; suma cukrów prostych: 21.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.79 g; sól: 1776.46 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-12-17 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 450ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: Koktajl warzywny 200ml (BIA),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 500ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: budyń czekoladowy 200ml (BIA),	Dyniowa krem 350ml (GLU, SEL), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2108.46 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 80.03 g; Węglowodany ogółem: 273.28 g; Witamina C: 204.62 mg; Wapń: 1224.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3172.34 ug; Błonnik pokarmowy: 26.91 g; suma cukrów prostych: 67.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.43 g; sól: 2327.27 mg;		
środa 2025-12-17 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: koktajl warzywny 200g ,	zupa krem z białych warzyw 350ml (SEL), pieczeń rzysmka zmięszana 110g (GLU, JAJ, MIĘ), bukiet z warzyw zmięszany 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: budyń czekoladowy 200ml (BIA),	Dyniowa krem 350ml (GLU, SEL), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2196.80 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 72.32 g; Węglowodany ogółem: 327.63 g; Witamina C: 512.78 mg; Wapń: 1376.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5213.91 ug; Błonnik pokarmowy: 56.12 g; suma cukrów prostych: 52.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.12 g; sól: 2234.31 mg;		
środa 2025-12-17 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 200ml (BIA), sałatka cezara z kurczakiem i czerwoną fasolą 100g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), Serek kanapkowy 50g (BIA), sałatka z ogórka kiszzonego i pomidora z siemieniem lnianym 60g , roszponka 15g , masło 5g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2092.96 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 79.44 g; Węglowodany ogółem: 275.73 g; Witamina C: 247.58 mg; Wapń: 424.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1479.62 ug; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; suma cukrów prostych: 19.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.97 g; sól: 2211.96 mg;		
środa 2025-12-17 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 200ml (BIA), sałatka cezara z kurczakiem i czerwoną fasolą 100g (JAJ), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: mandarynka 2szt ,	Żurek 350ml (BIA, GLU, MIĘ, DWU), Pieczeń rzymska 110g (GLU, JAJ, MIĘ), sos 100ml (GLU), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: budyń czekoladowy 200ml (BIA),	ser żółty 50g (BIA), szynka wieprz. 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka kiszzonego i pomidora z siemieniem lnianym 60g , roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , Posiłek nocny: sok pomidorowy 330ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2397.47 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz: 98.29 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; Witamina C: 304.56 mg; Wapń: 873.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1717.13 ug; Błonnik pokarmowy: 31.87 g; suma cukrów prostych: 46.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.74 g; sól: 2650.95 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-18 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
maślanka 250g (BIA), sałatka z kaszy jęczmiennej i warzyw 100g (JAJ, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka konserwowa 60g , mix sałat z pestkami dyni 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml ,	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL), medalion z fileta indyka 110g , sos chrzanowy 100g (GLU), kapusta modra na ciepło 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twarożek fromage 50g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2027.84 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 281.69 g; Witamina C: 362.69 mg; Wapń: 956.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3138.06 ug; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.07 g; sól: 1784.84 mg;		
czwartek 2025-12-18 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
maślanka 250g (BIA), sałatka z kaszy jęczmiennej i warzyw 100g (JAJ, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml ,	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), medalion z fileta indyka 110g , sos ziołowy 100ml (GLU, SEL), dynia gotowana 150g (GLU, JAJ, SEL), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser topiony 25g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), cukinia z wody 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2390.19 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 99.02 g; Węglowodany ogółem: 290.40 g; Witamina C: 263.76 mg; Wapń: 1121.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5255.24 ug; Błonnik pokarmowy: 44.54 g; suma cukrów prostych: 45.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.63 g; sól: 1817.90 mg;		
czwartek 2025-12-18 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
maślanka 250g (BIA), sałatka z kaszy jęczmiennej i warzyw 100g (JAJ, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka konserwowa 60g , mix sałat z pestkami dyni 30g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: Twarożek z warzywami 150g (BIA),	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL), medalion z fileta indyka 110g , sos chrzanowy 100g (GLU), kapusta modra na ciepło 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: surówka z marchewki 150g ,	Twarożek fromage 50g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2258.24 kcal; Białko ogółem: 132.95 g; Tłuszcz: 80.57 g; Węglowodany ogółem: 288.51 g; Witamina C: 370.51 mg; Wapń: 1129.29 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4980.99 ug; Błonnik pokarmowy: 46.20 g; suma cukrów prostych: 55.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.40 g; sól: 1919.48 mg;		
czwartek 2025-12-18 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
maślanka 250g (BIA), sałatka z kaszy jęczmiennej i warzyw 100g (JAJ, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), jarzyny z wody 60g (SEL), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml ,	Rosół z kaszką manną 350ml (GLU, SEL), medalion z fileta indyka 110g , sos ziołowy 100ml (GLU, SEL), dynia gotowana 150g (GLU, JAJ, SEL), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twarożek fromage 50g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), cukinia z wody 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2215.96 kcal; Białko ogółem: 127.62 g; Tłuszcz: 75.59 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; Witamina C: 260.57 mg; Wapń: 1101.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5654.37 ug; Błonnik pokarmowy: 46.69 g; suma cukrów prostych: 48.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.91 g; sól: 1689.66 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-12-18 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z makaronem wzmocniona 400ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: maślanka 250g (BIA),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: Sok owocowo warzywny 200ml ,	Marchwianka krem 450ml (GLU, SEL), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2074.19 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 73.84 g; Węglowodany ogółem: 280.06 g; Witamina C: 208.11 mg; Wapń: 1313.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5997.11 ug; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; suma cukrów prostych: 72.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.59 g; sól: 1913.81 mg;		
czwartek 2025-12-18 Dieta: PAKOWATA (12)		
zupa mleczna z makaronem wzmocniona 350ml (BIA, GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: maślanka 200g (BIA),	Zupa szpinakowa zmięszana 350ml (GLU, MIĘ, SEL), filet z indyka duszony zmięszany 110g , sos ziołowy 100ml (GLU, SEL), puree ziemniaczane 250g , puree z brokuła 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: Sok owocowo warzywny 200ml ,	Marchwianka - krem 450ml (GLU, JAJ, SEL), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2091.62 kcal; Białko ogółem: 132.26 g; Tłuszcz: 61.72 g; Węglowodany ogółem: 310.82 g; Witamina C: 512.94 mg; Wapń: 1921.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 8635.48 ug; Błonnik pokarmowy: 61.45 g; suma cukrów prostych: 82.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.65 g; sól: 1159.87 mg;		
czwartek 2025-12-18 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
maślanka 250g (BIA), sałatka z kaszy jęczmiennej i warzyw 100g (JAJ, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka konserwowa 60g , mix sałat z pestkami dyni 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), herbata owocowa 250ml , pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ),	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL), medalion z fileta indyka 110g , sos chrzanowy 100g (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , kapusta modra na ciepło 150g ,	Twarożek fromage 50g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2027.84 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 281.69 g; Witamina C: 362.69 mg; Wapń: 956.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3138.06 ug; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.07 g; sól: 1784.84 mg;		
czwartek 2025-12-18 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
maślanka 250g (BIA), sałatka z kaszy jęczmiennej i warzyw 100g (JAJ, SEL), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), papryka konserwowa 60g , mix sałat z pestkami dyni 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata owocowa 250ml , II Śniadanie: twarożek z warzywami 150g (BIA),	Zupa szczawiowa z ryżem 350ml (BIA, GLU, SEL), medalion z fileta indyka 110g , sos chrzanowy 100g (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kapusta modra na ciepło 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: galaretką z owocem 200g (MIĘ),	Twarożek fromage 50g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: mus wielowarzywny 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2197.82 kcal; Białko ogółem: 131.31 g; Tłuszcz: 72.69 g; Węglowodany ogółem: 285.00 g; Witamina C: 366.64 mg; Wapń: 1087.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3211.05 ug; Błonnik pokarmowy: 38.56 g; suma cukrów prostych: 55.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.68 g; sól: 1845.58 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-19 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), twarożek z zieleciną 70g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), majonez 20g (JAJ), rzodkiewka 60g , roszonek 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Zupa fasolowa 350ml (GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROŚ), Ryba pieczona z cytryną i koperkiem 110g (RYB), surówka z kapusty kiszzonej bez cukru 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser topiony 25g (BIA), miód 25g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka i papryki 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2379.94 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 94.73 g; Węglowodany ogółem: 298.24 g; Witamina C: 202.86 mg; Wapń: 1212.64 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2754.06 ug; Błonnik pokarmowy: 36.34 g; suma cukrów prostych: 42.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.08 g; sól: 2060.69 mg;		
piątek 2025-12-19 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), twarożek z zieleciną 70g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Marchwianka z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Ryba pieczona z koperkiem 110g (RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU), szpinak 150g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g (BIA), miód 25g , poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z pomidora z zieleciną 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.02 kcal; Białko ogółem: 119.76 g; Tłuszcz: 70.79 g; Węglowodany ogółem: 308.69 g; Witamina C: 236.22 mg; Wapń: 1235.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4858.27 ug; Błonnik pokarmowy: 35.05 g; suma cukrów prostych: 48.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.14 g; sól: 1424.58 mg;		
piątek 2025-12-19 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), twarożek z zieleciną 70g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), majonez 20g (JAJ), rzodkiewka 60g , roszonek 15g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml (BIA),	Zupa fasolowa 350ml (GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROŚ), Ryba pieczona z cytryną i koperkiem 110g (RYB), surówka z kapusty kiszzonej bez cukru 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: surówka z buraczków , fety i rukoli ze słonecznikiem 150g ,	ser topiony 25g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), kielbasa krakowska 20g (MIĘ), sałatka z ogórka zielonego i papryki 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2404.12 kcal; Białko ogółem: 127.61 g; Tłuszcz: 97.52 g; Węglowodany ogółem: 291.82 g; Witamina C: 206.47 mg; Wapń: 1461.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2252.19 ug; Błonnik pokarmowy: 41.43 g; suma cukrów prostych: 57.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.33 g; sól: 2461.99 mg;		
piątek 2025-12-19 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), twarożek z zieleciną 70g (BIA), pasta z białek z zieleciną 70g (BIA, JAJ), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU),	Marchwianka z ziemniakami 350ml (GLU, SEL), Ryba pieczona z koperkiem 110g (RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU), szpinak 150g (BIA, GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g (BIA), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z pomidora z zieleciną 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2263.69 kcal; Białko ogółem: 128.98 g; Tłuszcz: 77.67 g; Węglowodany ogółem: 292.54 g; Witamina C: 243.06 mg; Wapń: 1300.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5079.91 ug; Błonnik pokarmowy: 35.21 g; suma cukrów prostych: 49.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.34 g; sól: 1484.22 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-12-19 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z płatkami wznocniona 400ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: jogurt owocowy 1szt (BIA),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: Kisiel słodzony 200g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 400ml (GLU, MIĘ, SEL), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2140.93 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 87.32 g; Węglowodany ogółem: 245.92 g; Witamina C: 96.38 mg; Wapń: 1183.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2064.86 ug; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; suma cukrów prostych: 74.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.92 g; sól: 1730.29 mg;		
piątek 2025-12-19 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z płatkami wzmocniona 350ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: jogurt owocowy 1szt (BIA),	Marchwianka - krem 350ml (GLU, JAJ, SEL), pulpet z ryby zmiksowany 110g (GLU, JAJ, RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU), puree ziemniaczane 250g , szpinak mielony 150g (BIA, GLU), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: Kisiel słodzony 200g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 400ml (GLU, MIĘ, SEL), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2022.07 kcal; Białko ogółem: 126.39 g; Tłuszcz: 54.69 g; Węglowodany ogółem: 300.64 g; Witamina C: 386.28 mg; Wapń: 1590.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5621.39 ug; Błonnik pokarmowy: 47.86 g; suma cukrów prostych: 74.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.89 g; sól: 1400.27 mg;		
piątek 2025-12-19 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), twarożek z zieleciną 70g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), rzodkiewka 60g , roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ),	Zupa fasolowa 350ml (GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROŚ), Ryba pieczona z cytryną i koperkiem 110g (RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , surówka z kapusty kiszzonej bez cukru 150g ,	miód 25g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), Twaróg kostka 70g (BIA), sałatka z ogórka zielonego i papryki 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), herbata ziołowa 250ml , pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2237.64 kcal; Białko ogółem: 123.04 g; Tłuszcz: 72.56 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; Witamina C: 185.78 mg; Wapń: 1181.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2170.19 ug; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; suma cukrów prostych: 45.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.78 g; sól: 2102.50 mg;		
piątek 2025-12-19 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
Zupa mleczna z płatkami 250ml (BIA, GLU), twarożek z zieleciną 70g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), majonez 20g (JAJ), rzodkiewka 60g , roszponka 15g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml (BIA),	Zupa fasolowa 350ml (GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROŚ), Ryba pieczona z cytryną i koperkiem 110g (RYB), ziemniaki z koperkiem 250g , surówka z kapusty kiszzonej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem słodzony 200g ,	ser topiony 25g (BIA), miód 25g , szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), sałatka z ogórka zielonego i papryki 60g , sałata 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata ziołowa 250ml , Posiłek nocny: jogurt naturalny 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2552.20 kcal; Białko ogółem: 122.00 g; Tłuszcz: 93.84 g; Węglowodany ogółem: 337.35 g; Witamina C: 201.17 mg; Wapń: 1425.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2251.56 ug; Błonnik pokarmowy: 36.81 g; suma cukrów prostych: 77.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.89 g; sól: 2427.11 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-20 Dieta: PODSTAWOWA (1)		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), plastry pomidora i mozzareli z bazylią i słonecznikiem 110g (BIA, JAJ), papryka świeża 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml ,	Zupa pieczarkowa z ziemnikami 350ml (BIA, GLU, SEL), kurczak po chińsku 200g (GLU, SEL), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ser biały wędzony 50g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2106.57 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 63.70 g; Węglowodany ogółem: 305.86 g; Witamina C: 217.43 mg; Wapń: 1053.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2614.13 ug; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; suma cukrów prostych: 39.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.65 g; sól: 1806.77 mg;		
sobota 2025-12-20 Dieta: ŁATWOSTRAWNA (2)		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), pasta warzywna 70g (BIA, SEL), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml ,	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), potrawka z kurczaka z warzywami 200g (GLU, SEL), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	dżem 25g , poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), marchew gotowana 60g (DWU), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2096.84 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 324.06 g; Witamina C: 157.16 mg; Wapń: 932.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3945.51 ug; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; suma cukrów prostych: 38.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.94 g; sól: 1512.03 mg;		
sobota 2025-12-20 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (6)		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml (BIA, GLU), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), plastry pomidora i mozzareli z bazylią i słonecznikiem 110g , papryka świeża 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: pomarańcza 1szt - 150g 1szt ,	Zupa pieczarkowa z ziemnikami 350ml (BIA, GLU, SEL), kurczak po chińsku 200g (GLU, SEL), Brokuł z wody 150g , ryż brązowy na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: sałatka warzywna (papryka, pomidor, ogórek, rzodkiewka, koperek) 150g (BIA, JAJ, SEL),	Ser biały wędzony 50g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo razowe 90g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2425.20 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 74.37 g; Węglowodany ogółem: 361.21 g; Witamina C: 433.29 mg; Wapń: 1313.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5342.34 ug; Błonnik pokarmowy: 46.74 g; suma cukrów prostych: 70.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.58 g; sól: 1896.61 mg;		
sobota 2025-12-20 Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (3)		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), pasta warzywna 70g (BIA, SEL), Pomidor 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml (BIA, GLU),	Ziemniaczanka 350ml (GLU, SEL), potrawka z kurczaka z warzywami 200g (GLU, SEL), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), poledwica drobiowa 50g (MIĘ, DWU), dżem 25g , marchew gotowana 60g (DWU), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo pszenne 90g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2299.19 kcal; Białko ogółem: 115.53 g; Tłuszcz: 63.32 g; Węglowodany ogółem: 338.71 g; Witamina C: 159.23 mg; Wapń: 1188.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4004.95 ug; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; suma cukrów prostych: 49.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.68 g; sól: 1634.93 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-12-20 Dieta: PŁYNNA (13)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 450ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Płynna wzmocniona z bulionem, mięsem wieprzowym i warzywami 450ml (GLU, MIĘ, SEL), kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	Zupa jarzynowa wzmocniona 450ml (GLU, SEL), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2247.05 kcal; Białko ogółem: 126.36 g; Tłuszcz: 89.44 g; Węglowodany ogółem: 263.03 g; Witamina C: 239.95 mg; Wapń: 1282.88 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3722.68 ug; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; suma cukrów prostych: 59.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.91 g; sól: 2201.02 mg;		
sobota 2025-12-20 Dieta: PAKOWATA (12)		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 250ml (BIA, GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml (BIA, GLU), II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Ziemniaczanka zmiskowana 350ml (GLU, SEL), potrawka z kurczaka z warzywami zmiksowane 200g (GLU, SEL), puree ziemniaczane 250g , puree z brokuła 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: mus wielowarzywny 100g ,	Zupa jarzynowa wzmocniona 350ml (GLU, SEL), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2237.02 kcal; Białko ogółem: 140.71 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 330.67 g; Witamina C: 528.74 mg; Wapń: 1747.68 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6263.59 ug; Błonnik pokarmowy: 57.65 g; suma cukrów prostych: 60.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.71 g; sól: 1825.45 mg;		
sobota 2025-12-20 Dieta: O KONTROLOWANEJ ZAWARTOŚCI KWAŚÓW TŁUSZCZOWYCH (7)		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), plastry pomidora i mozzareli z bazylią i słonecznikiem 110g , papryka świeża 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), herbata b/c 250ml (BIA, GLU),	Zupa pieczarkowa z ziemnikami 350ml (BIA, GLU, SEL), kurczak po chińsku 200g (GLU, SEL), ryż na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Brokuł z wody 150g ,	Ser biały wędzony 50g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2065.58 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 64.55 g; Węglowodany ogółem: 296.35 g; Witamina C: 227.72 mg; Wapń: 1212.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4055.13 ug; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; suma cukrów prostych: 59.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.15 g; sól: 1658.59 mg;		
sobota 2025-12-20 Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C1)		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml (BIA, GLU), kielbasa krakowska 50g (MIĘ), plastry pomidora i mozzareli z bazylią i słonecznikiem 110g , papryka świeża 60g , szpinak liście 15g (BIA, GLU), masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), herbata b/c 250ml , II Śniadanie: Gruszka 150g 1szt ,	Zupa pieczarkowa z ziemnikami 350ml (BIA, GLU, SEL), kurczak po chińsku 200g (GLU, SEL), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , Podwieczorek: jagłanka z owocami 100ml (BIA, GLU),	Ser biały wędzony 50g (BIA), szynka drobiowa 50g (MIĘ, DWU), ogórek konserwowy 60g (GOR), mix sałat 30g , masło 10g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g (GLU, JAJ, ZIA), pieczywo razowe 30g (GLU, JAJ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml (BIA, GLU), Posiłek nocny: kefir 200ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2096.09 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 63.17 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; Witamina C: 232.40 mg; Wapń: 1073.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4023.81 ug; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; suma cukrów prostych: 52.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.85 g; sól: 1718.45 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia - Szpital Miejski		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....