







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-14</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z koperkiem 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa gotowana 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), kalafior z wody 60g , sałata 30g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2008.96 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 274.67 g; Witamina C: 179.82 mg; Wapń: 802.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1914.64 ug; Błonnik pokarmowy: 29.44 g; suma cukrów prostych: 34.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.46 g; sól: 1490.73 mg;		
<b>sobota 2026-03-14</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z budyniem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> maślanka 250g ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Dyniowa krem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2164.77 kcal; Białko ogółem: 119.96 g; Tłuszcz: 96.23 g; Węglowodany ogółem: 232.98 g; Witamina C: 170.96 mg; Wapń: 1501.70 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4856.66 ug; Błonnik pokarmowy: 29.78 g; suma cukrów prostych: 79.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; sól: 1381.91 mg;		
<b>sobota 2026-03-14</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z budyniem wzmocniona 350ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> maślanka 250g ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmiksowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa gotowana zmiksowana 110g ( <b>MIĘ</b> ), puree ziemniaczane 250g , bukiet z warzyw zmiksowany 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Dyniowa krem wzmocniona 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2195.98 kcal; Białko ogółem: 142.62 g; Tłuszcz: 75.44 g; Węglowodany ogółem: 287.13 g; Witamina C: 454.12 mg; Wapń: 1792.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6130.11 ug; Błonnik pokarmowy: 53.03 g; suma cukrów prostych: 71.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.92 g; sól: 938.53 mg;		
<b>sobota 2026-03-14</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta twarogowa z koperkiem 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>MIĘ</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ryż z sosem jogurtowo owocowym bez cukru 200g ( <b>BIA</b> ),	Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), kalafior z wody 60g , sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2376.20 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 77.86 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; Witamina C: 216.80 mg; Wapń: 1078.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2071.81 ug; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; suma cukrów prostych: 44.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.12 g; sól: 1549.90 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-14</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 60g , szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcza 1szt - 150g 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , surówka z kapusty pekińskiej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> ryż z sosem jogurtowo owcowym 200g ( <b>BIA</b> ),	Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka wiosenna z pestkami słonecznika b/c 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, serem i sałatą 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2489.20 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 76.34 g; Węglowodany ogółem: 367.24 g; Witamina C: 396.79 mg; Wapń: 1077.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1839.03 ug; Błonnik pokarmowy: 39.85 g; suma cukrów prostych: 67.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.00 g; sól: 1494.44 mg;		
<b>sobota 2026-03-14</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta twarogowa z koperkiem 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), seler gotowany przetarty 60g ( <b>SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmiksowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa przetarta 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), puree ziemniaczane 250g , bukiet z warzyw zmiksowany 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), kalafior z wody przetarty 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2159.63 kcal; Białko ogółem: 134.32 g; Tłuszcz: 75.03 g; Węglowodany ogółem: 277.35 g; Witamina C: 469.29 mg; Wapń: 1158.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3545.47 ug; Błonnik pokarmowy: 45.87 g; suma cukrów prostych: 33.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.24 g; sól: 2423.19 mg;		
<b>niedziela 2026-03-15</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>BIA</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), zrazik z indyka z ogórkiem duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pasta z soczewicy i marchewki 60g ( <b>GLU</b> ), ogórek zielony 60g , roszonek z siemieniem lnianym 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2321.37 kcal; Białko ogółem: 133.74 g; Tłuszcz: 87.16 g; Węglowodany ogółem: 271.48 g; Witamina C: 184.95 mg; Wapń: 1692.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2059.43 ug; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; suma cukrów prostych: 62.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.16 g; sól: 1779.95 mg;		
<b>niedziela 2026-03-15</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), Serek homogenizowany waniliowy 150g ( <b>BIA</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), jarzyny z wody 60g ( <b>SEL</b> ), rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), zrazik z indyka z warzywami duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), Brokuł z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dynia gotowana 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2158.30 kcal; Białko ogółem: 128.58 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 262.51 g; Witamina C: 186.69 mg; Wapń: 1035.49 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2498.57 ug; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.92 g; sól: 1380.41 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-03-15</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g, rukola 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Sałatka z brokuła, rzodkiewki, kurczaka z sosem koperkowym 150g ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), zrazik z indyka z ogórkiem duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> galaretką mleczną z owocem b/c 150g ( <b>MIĘ</b> ),	jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pasta z soczewicy i marchewki 60g ( <b>GLU</b> ), ogórek zielony 60g, rosłonka 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2386.36 kcal; Białko ogółem: 146.28 g; Tłuszcz: 89.60 g; Węglowodany ogółem: 275.39 g; Witamina C: 240.70 mg; Wapń: 1797.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2251.36 ug; Błonnik pokarmowy: 28.41 g; suma cukrów prostych: 67.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.32 g; sól: 1810.79 mg;		
<b>niedziela 2026-03-15</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), Serek homogenizowany wailowy 150g ( <b>BIA</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), jarzyny z wody 60g ( <b>SEL</b> ), rukola 15g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Zupa jarzynowa 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), zrazik z indyka z warzywami duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), ziemniaki z koperkiem 300g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	pasta selerowa 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dynia gotowana 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), rosłonka 15g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2235.23 kcal; Białko ogółem: 132.05 g; Tłuszcz: 66.26 g; Węglowodany ogółem: 300.91 g; Witamina C: 135.48 mg; Wapń: 1574.59 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2789.06 ug; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; suma cukrów prostych: 71.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.91 g; sól: 1475.33 mg;		
<b>niedziela 2026-03-15</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
Zupa mleczna z ryżem wzmocniona 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> budyń z sokiem 200ml ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2298.48 kcal; Białko ogółem: 127.50 g; Tłuszcz: 88.26 g; Węglowodany ogółem: 280.03 g; Witamina C: 222.29 mg; Wapń: 1463.55 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3301.96 ug; Błonnik pokarmowy: 33.36 g; suma cukrów prostych: 83.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.09 g; sól: 1484.25 mg;		
<b>niedziela 2026-03-15</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
Zupa mleczna z ryżem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> budyń z sokiem 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa zmięszowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), zrazik z indyka z warzywami duszony zmielony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), puree z brokuła 150g, puree ziemniaczane 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2224.07 kcal; Białko ogółem: 134.68 g; Tłuszcz: 66.00 g; Węglowodany ogółem: 320.09 g; Witamina C: 436.07 mg; Wapń: 1786.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4532.22 ug; Błonnik pokarmowy: 49.80 g; suma cukrów prostych: 78.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.20 g; sól: 1017.36 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g, Pomidor 60g, sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Zupa z fasolki szparagowej 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROS</b> ), potrawka z kurczaka 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), ryż na sypko 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Salatka z brokuła i sera białego 100g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, roszonek 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2177.75 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 61.94 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; Witamina C: 121.26 mg; Wapń: 1148.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4868.31 ug; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; suma cukrów prostych: 42.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.54 g; sól: 2015.94 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),	Zupa z fasolki szparagowej 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROS</b> ), kurczak po chińsku z curry 110g ( <b>GLU, SEL</b> ), surówka z marchewki i pomarańczy z olejem rzepakowym b/c 150g, ryż brązowy na sypko 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> salatka z kalafiora, ogórka zielonego, jajka z sosem ziołowym 150g ( <b>BIA, JAJ, SEL</b> ),	salatka grecka z oliwą z oliwek i serem feta 150g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), roszonek 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2597.67 kcal; Białko ogółem: 136.21 g; Tłuszcz: 93.44 g; Węglowodany ogółem: 335.29 g; Witamina C: 156.18 mg; Wapń: 1406.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4775.68 ug; Błonnik pokarmowy: 39.55 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.64 g; sól: 2125.24 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g, Pomidor 60g, sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Zupa z fasolki szparagowej 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROS</b> ), potrawka z kurczaka 110g ( <b>GLU, SEL</b> ), marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Salatka z brokuła i sera białego 100g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), roszonek 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2014.99 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 53.90 g; Węglowodany ogółem: 308.14 g; Witamina C: 160.66 mg; Wapń: 897.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4666.33 ug; Błonnik pokarmowy: 33.91 g; suma cukrów prostych: 39.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.92 g; sól: 1757.12 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą i bananem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g,	Zupa koperkowa wzmocniona 450ml ( <b>BIA, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2187.04 kcal; Białko ogółem: 128.68 g; Tłuszcz: 98.74 g; Węglowodany ogółem: 245.09 g; Witamina C: 377.96 mg; Wapń: 1637.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6109.69 ug; Błonnik pokarmowy: 50.04 g; suma cukrów prostych: 71.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.41 g; sól: 1281.46 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: PAPPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą i bananem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa z fasolki szparagowej zmiksowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka zmiksowana 110g ( <b>GLU, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , puree z marchewki 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g ,	Zupa koperkowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2211.26 kcal; Białko ogółem: 132.15 g; Tłuszcz: 73.73 g; Węglowodany ogółem: 327.71 g; Witamina C: 572.05 mg; Wapń: 2021.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 9956.02 ug; Błonnik pokarmowy: 75.47 g; suma cukrów prostych: 76.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.69 g; sól: 1087.68 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , Pomidor 60g , sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> twarożek owocowy 150g ( <b>BIA</b> ),	Zupa z fasolki szparagowej 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z warzywami 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Salatka z brokuła i sera białego 100g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2230.92 kcal; Białko ogółem: 113.87 g; Tłuszcz: 67.84 g; Węglowodany ogółem: 312.48 g; Witamina C: 124.04 mg; Wapń: 1341.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4965.02 ug; Błonnik pokarmowy: 29.30 g; suma cukrów prostych: 50.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.26 g; sól: 1883.48 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , Pomidor 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa z fasolki szparagowej 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL, DWU, ROŚ</b> ), kurczak po chińsku z curry 110g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , surówka z marchewki i pomarańczy z olejem rzepakowym b/c 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> jaglanka z owocami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Salatka grecka z oliwą z oliwek i serem feta 150g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2354.65 kcal; Białko ogółem: 107.95 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 342.47 g; Witamina C: 145.28 mg; Wapń: 1453.66 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3543.49 ug; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; suma cukrów prostych: 56.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.45 g; sól: 2004.23 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną przetarta 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), pomidor bez skóry przetarty 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa z fasolki szparagowej przetarta 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z warzywami przetarta 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , puree z marchewki 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta brokułowa 150g ( <b>BIA, SEL</b> ), szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), pomidor bez skóry przetarty 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2049.24 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 298.14 g; Witamina C: 317.25 mg; Wapń: 1536.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 7604.37 ug; Błonnik pokarmowy: 51.83 g; suma cukrów prostych: 44.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.97 g; sól: 3037.70 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-03-17</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), miód 25g, Pomidor 60g, roszpinka 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), sos mleczny 100ml ( <b>GLU</b> ), szpinak 150g ( <b>BIA, GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Filet z kurczaka w jarzynach 100g ( <b>SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z zieleniną 60g, sałata 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Sok jabłkowy 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2523.67 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 63.56 g; Węglowodany ogółem: 409.47 g; Witamina C: 228.86 mg; Wapń: 813.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4864.69 ug; Błonnik pokarmowy: 36.67 g; suma cukrów prostych: 64.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.08 g; sól: 1323.07 mg;		
<b>wtorek 2026-03-17</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą manną wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> budyń z sokiem 200ml ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, mięsem drobiowym i warzywami 400ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g,	Zupa pomidorowa wzmocniona 400ml ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2119.97 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 75.28 g; Węglowodany ogółem: 272.65 g; Witamina C: 297.73 mg; Wapń: 1077.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5319.18 ug; Błonnik pokarmowy: 34.05 g; suma cukrów prostych: 80.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.84 g; sól: 771.42 mg;		
<b>wtorek 2026-03-17</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą manną wzmocniona 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), gulasz wieprzowy zmiksowany 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), szpinak zmielony 150g ( <b>BIA, GLU</b> ), puree ziemniaczane 250g, kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g,	Zupa pomidorowa wzmocniona 300ml ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 300ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2193.52 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 82.71 g; Węglowodany ogółem: 303.21 g; Witamina C: 532.12 mg; Wapń: 1532.90 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 8454.04 ug; Błonnik pokarmowy: 59.44 g; suma cukrów prostych: 83.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.03 g; sól: 1496.50 mg;		
<b>wtorek 2026-03-17</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z kaszą manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), miód 25g, Pomidor 60g, roszpinka 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> budyń z sokiem 200ml ( <b>BIA</b> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy duszony 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), szpinak 150g ( <b>BIA, GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Sałatka owocowa z jogurtem 200g,	Filet z kurczaka w jarzynach 100g ( <b>SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z zieleniną 60g, sałata 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Sok jabłkowy 200ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2730.32 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 81.92 g; Węglowodany ogółem: 423.86 g; Witamina C: 229.37 mg; Wapń: 989.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4719.14 ug; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; suma cukrów prostych: 89.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.51 g; sól: 1373.74 mg;		







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-03-19</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), połówka droiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), pasta z fasoli 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), ogórek zielony 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pulpet duszony wieprzowy 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), surówka z selera z orzechami i jogurtem 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twarożek z ziołami 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka wiosenna z pestkami słonecznika b/c 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1890.29 kcal; Białko ogółem: 80.24 g; Tłuszcz: 49.81 g; Węglowodany ogółem: 309.90 g; Witamina C: 145.50 mg; Wapń: 703.45 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1759.02 ug; Błonnik pokarmowy: 37.62 g; suma cukrów prostych: 44.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.85 g; sól: 1325.52 mg;		
<b>czwartek 2026-03-19</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), połówka drobiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), Brokuł z wody 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet wieprzowy duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), seler gotowany 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twarożek z ziołami 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2013.91 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 69.72 g; Węglowodany ogółem: 270.28 g; Witamina C: 159.05 mg; Wapń: 587.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1589.29 ug; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; suma cukrów prostych: 36.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.51 g; sól: 1215.86 mg;		
<b>czwartek 2026-03-19</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), połówka droiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), pasta z fasoli 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), ogórek zielony 80g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcz 1/2 szt - 150g 0.5szt , maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet wieprzowy duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), surówka z selera z orzechami i jogurtem 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> surówka z kapusty pekińskiej z kurczakiem bez cukru 150g ,	twarożek z ziołami 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 25g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka wiosenna z pestkami słonecznika b/c 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> budyń czekoladowy 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2187.38 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 312.02 g; Witamina C: 272.47 mg; Wapń: 1201.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2287.37 ug; Błonnik pokarmowy: 44.94 g; suma cukrów prostych: 63.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.00 g; sól: 1523.45 mg;		
<b>czwartek 2026-03-19</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), połówka droiowa z warzywami 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Brokuł z wody 60g , rukola 15g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet wieprzowy duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), seler gotowany 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twarożek z ziołami 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 60g , sałata 30g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2021.49 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 55.16 g; Węglowodany ogółem: 306.39 g; Witamina C: 164.57 mg; Wapń: 555.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1271.62 ug; Błonnik pokarmowy: 29.50 g; suma cukrów prostych: 36.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.44 g; sól: 1149.66 mg;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami i mięsem 350ml ( <b>BIA, MIĘ, SEL</b> ), ryż z truskawkami i jogurtem 350g ( <b>BIA</b> ), jabłko gotowane 150g 1szt , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	paprykarz 100g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszonek 20g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2335.48 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 76.33 g; Węglowodany ogółem: 324.98 g; Witamina C: 345.78 mg; Wapń: 972.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2993.16 ug; Błonnik pokarmowy: 32.15 g; suma cukrów prostych: 53.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.58 g; sól: 1849.10 mg;		
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna owocowa z płatkami jęczmiennymi wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> maślanka 250g ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 500ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g ,	Zupa barszcz czerwony wzmocniona 450ml ( <b>BIA, MIĘ, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2046.59 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 111.88 g; Węglowodany ogółem: 183.21 g; Witamina C: 280.59 mg; Wapń: 1370.21 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3665.97 ug; Błonnik pokarmowy: 29.07 g; suma cukrów prostych: 69.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; sól: 2002.68 mg;		
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna owocowa z płatkami jęczmiennymi wzmocniona 250ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> maślanka 250g ( <b>BIA</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami i mięsem zmiksowana 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), udko duszone zmiksowane 150g , sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), puree ziemniaczane 250g , dynia gotowana zmielona 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> mus wielowarzywny 100g ,	Zupa barszcz czerwony wzmocniona 350ml ( <b>BIA, MIĘ, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 300ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2220.88 kcal; Białko ogółem: 138.54 g; Tłuszcz: 84.79 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; Witamina C: 544.99 mg; Wapń: 1722.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6742.98 ug; Błonnik pokarmowy: 59.82 g; suma cukrów prostych: 63.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.72 g; sól: 1552.71 mg;		
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	zupa szpinakowa z ziemniakami i mięsem 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), ryż z truskawkami i jogurtem 350g ( <b>BIA</b> ), banan 150g 1szt , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Sałatka owocowa z jogurtem 150g ,	paprykarz 100g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszonek 20g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2099.00 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 48.02 g; Węglowodany ogółem: 350.36 g; Witamina C: 277.46 mg; Wapń: 1009.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1829.38 ug; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; suma cukrów prostych: 75.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.66 g; sól: 1754.51 mg;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), Pomidor 60g, rosół 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> jabłko 1/2 0.5szt, kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa grochowa 350g ( <b>GLU, MIĘ, SEL, ROŚ</b> ), szynka gotowana 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos chrzanowy 100g ( <b>GLU</b> ), surówka z kapusty białej ze słonecznikiem bez cukru 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> sałatka z ogórka i rzodkiewki z fetą 150g,	salami 25g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem bez cukru 60g, sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2601.00 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 128.87 g; Węglowodany ogółem: 290.74 g; Witamina C: 288.65 mg; Wapń: 1067.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3121.61 ug; Błonnik pokarmowy: 42.70 g; suma cukrów prostych: 48.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.30 g; sól: 1775.13 mg;		
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), Pomidor 60g, rosół 15g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Dyniowa krem 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), szynka gotowana 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), szpinak 150g ( <b>BIA, GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cukinia z wody 60g, sałata 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2030.60 kcal; Białko ogółem: 97.60 g; Tłuszcz: 76.49 g; Węglowodany ogółem: 256.24 g; Witamina C: 161.84 mg; Wapń: 758.08 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2501.11 ug; Błonnik pokarmowy: 26.72 g; suma cukrów prostych: 28.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.37 g; sól: 1136.35 mg;		
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g,	Zupa jarzynowa wzmocniona 500ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2349.51 kcal; Białko ogółem: 129.12 g; Tłuszcz: 91.12 g; Węglowodany ogółem: 289.24 g; Witamina C: 252.28 mg; Wapń: 1278.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3545.91 ug; Błonnik pokarmowy: 37.73 g; suma cukrów prostych: 78.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.13 g; sól: 1300.74 mg;		
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Dyniowa krem 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), szynka duszona 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), szpinak zmielony 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), puree ziemniaczane 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g,	Zupa jarzynowa wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2208.37 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 75.84 g; Węglowodany ogółem: 311.58 g; Witamina C: 416.32 mg; Wapń: 1578.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5321.03 ug; Błonnik pokarmowy: 53.02 g; suma cukrów prostych: 71.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.63 g; sól: 721.94 mg;		







**Jadłospisy dla oddziałów**

<b>Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY</b>		
<b>Śniadanie II Śniadanie</b>	<b>Obiad Podwieczorek</b>	<b>Kolacja Posiłek nocny</b>

Dietetyk

.....