

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), miód 25g , szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), surówka wiosenna bez cukru 60g , rukola 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 40g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), szare kluski z mięsem i sosem myśliwskim 400g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ</b> ), mix sałat z sosem vinegret 60g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora ze słonecznikiem 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 50g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 40g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2105.54 kcal; Białko ogółem: 89.69 g; Tłuszcz: 75.61 g; Węglowodany ogółem: 287.16 g; Witamina C: 221.12 mg; Wapń: 835.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2278.93 ug; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; suma cukrów prostych: 33.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.79 g; sól: 1866.14 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), miód 25g , szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), rukola 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), makaron z sosem bolońskim i warzywami 400g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), mix sałat z sosem vinegret 60g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z zieleciną 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2058.12 kcal; Białko ogółem: 83.70 g; Tłuszcz: 73.62 g; Węglowodany ogółem: 284.85 g; Witamina C: 193.08 mg; Wapń: 786.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2649.98 ug; Błonnik pokarmowy: 26.28 g; suma cukrów prostych: 31.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.28 g; sól: 1900.82 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), surówka wiosenna bez cukru 60g , rukola 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), makaron razowy z sosem myśliwkim i warzywami 400g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), mix sałat z sosem vinegret 60g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> sałatka z kalafiora z jajkiem , pomidorem i ogórkiem 150g ( <b>BIA, JAJ</b> ),	kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora ze słonecznikiem 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i rzodkiewką 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2447.00 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 90.99 g; Węglowodany ogółem: 316.62 g; Witamina C: 115.70 mg; Wapń: 1117.63 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2901.28 ug; Błonnik pokarmowy: 33.15 g; suma cukrów prostych: 36.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.99 g; sól: 1694.00 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), miód 25g , szynka drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), rukola 30g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), makaron z sosem bolońskim i warzywami 400g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ, SEL, DWU</b> ), mix sałat z olejem 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z zieleciną 60g , sałata 30g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2010.56 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem: 295.45 g; Witamina C: 193.85 mg; Wapń: 733.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2925.85 ug; Błonnik pokarmowy: 28.57 g; suma cukrów prostych: 33.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.62 g; sól: 1716.44 mg;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta z białek z zieleniną 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pieczeń rzymska 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), fasolka szparagowa z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Salatka z brokuła i serem białym 100g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2036.33 kcal; Białko ogółem: 109.82 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 265.15 g; Witamina C: 228.72 mg; Wapń: 1066.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2028.89 ug; Błonnik pokarmowy: 31.17 g; suma cukrów prostych: 37.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.42 g; sól: 1378.71 mg;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną i owocami wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa wzmocniona 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2125.77 kcal; Białko ogółem: 121.17 g; Tłuszcz: 86.62 g; Węglowodany ogółem: 250.43 g; Witamina C: 273.66 mg; Wapń: 1325.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4188.62 ug; Błonnik pokarmowy: 37.20 g; suma cukrów prostych: 69.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.01 g; sól: 1358.79 mg;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną i owocami wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa koperkowa z ziemniakami zmięszana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pieczeń rzymska zmielona 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), puree ziemniaczane 250g , buraczki zmięszane 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami zmięszana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2259.71 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 76.84 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; Witamina C: 427.10 mg; Wapń: 1704.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5059.53 ug; Błonnik pokarmowy: 53.52 g; suma cukrów prostych: 82.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.32 g; sól: 890.96 mg;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</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>II Śniadanie:</b> manna z sokiem 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), Pieczeń rzymska 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , fasolka szparagowa z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Salatka z brokuła z serem białym 100g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2360.27 kcal; Białko ogółem: 114.27 g; Tłuszcz: 86.00 g; Węglowodany ogółem: 301.96 g; Witamina C: 191.72 mg; Wapń: 1376.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1756.82 ug; Błonnik pokarmowy: 26.85 g; suma cukrów prostych: 71.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.83 g; sól: 1483.93 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), paprykarz 70g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek zielony 60g, sałata ze słonecznikiem 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Marchwianka z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kotlet z indyka w płatkach kukurydzianych 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, brukselka z wody 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> surówka z buraczków, rukolii i fety 150g,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, rukola 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> kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2190.87 kcal; Białko ogółem: 119.05 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 310.35 g; Witamina C: 317.92 mg; Wapń: 1063.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2662.46 ug; Błonnik pokarmowy: 46.96 g; suma cukrów prostych: 47.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.02 g; sól: 1695.39 mg;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), paprykarz 70g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), jarzyny z wody 60g ( <b>SEL</b> ), sałata 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Marchwianka z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z indyka gotowany 110g, sos mleczny 100ml ( <b>BIA</b> ), kalafior gotowany 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, rukola 15g, 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 sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2084.84 kcal; Białko ogółem: 117.98 g; Tłuszcz: 53.07 g; Węglowodany ogółem: 314.13 g; Witamina C: 163.35 mg; Wapń: 985.35 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4253.94 ug; Błonnik pokarmowy: 38.41 g; suma cukrów prostych: 52.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.17 g; sól: 1640.34 mg;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z ryżem i owocem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa pomidorowa wzmocniona 400ml ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2314.68 kcal; Białko ogółem: 147.32 g; Tłuszcz: 93.05 g; Węglowodany ogółem: 260.23 g; Witamina C: 366.28 mg; Wapń: 1569.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3976.26 ug; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; suma cukrów prostych: 66.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.15 g; sól: 1160.54 mg;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z ryżem i owocem wzmocniona 350ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Marchwianka - krem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z indyka duszony zmiksowany 110g, sos 100ml ( <b>GLU</b> ), puree ziemniaczane 250g, puree z kalafiora 150g, kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa pomidorowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2319.36 kcal; Białko ogółem: 143.66 g; Tłuszcz: 84.88 g; Węglowodany ogółem: 297.23 g; Witamina C: 479.99 mg; Wapń: 1575.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5911.96 ug; Błonnik pokarmowy: 54.28 g; suma cukrów prostych: 50.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.52 g; sól: 1226.21 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-03-25</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), paprykarz 70g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), jarzyny z wody 60g ( <b>SEL</b> ), sałata 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Marchwianka z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet z indyka duszony 110g, ziemniaki z koperkiem 250g, kalafior z wody 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> ryż na mleku z sosem owocowym 200g ( <b>BIA</b> ),	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), Pomidor 60g, rukola 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> kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2412.59 kcal; Białko ogółem: 118.00 g; Tłuszcz: 71.55 g; Węglowodany ogółem: 355.18 g; Witamina C: 246.31 mg; Wapń: 1065.22 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3079.17 ug; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; suma cukrów prostych: 60.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.50 g; sól: 1657.65 mg;		
<b>środa 2026-03-25</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), paprykarz 70g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek zielony 60g, sałata ze słonecznikiem 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> ),	Marchwianka z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kotlet z indyka w płatkach kukurydzianych 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, brukselka z wody 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> ryż z sosem jogurtowo owocowym 200g ( <b>BIA</b> ),	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 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> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kanapka z masłem, wędliną i sałata 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2481.53 kcal; Białko ogółem: 123.02 g; Tłuszcz: 71.42 g; Węglowodany ogółem: 372.05 g; Witamina C: 346.61 mg; Wapń: 1145.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2670.11 ug; Błonnik pokarmowy: 43.58 g; suma cukrów prostych: 59.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.77 g; sól: 1680.27 mg;		
<b>środa 2026-03-25</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), paprykarz 70g ( <b>SEL, DWU, RYB</b> ), szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), jarzyny z wody przetarte 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 ,	Marchwianka - krem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), filet z indyka duszony przetarty 110g, puree z kalafiora 150g, puree ziemniaczane 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twaróg 70g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</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> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2045.75 kcal; Białko ogółem: 133.44 g; Tłuszcz: 64.64 g; Węglowodany ogółem: 275.14 g; Witamina C: 361.45 mg; Wapń: 1296.50 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5180.75 ug; Błonnik pokarmowy: 47.51 g; suma cukrów prostych: 40.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.00 g; sól: 2030.81 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), rukola z pestkami dyni 15g, dżem 25g, 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 ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż brązowy na sypko 250g, groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pastę z soczewicy i marchewki 70g ( <b>GLU</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), sałatka z pomidora i rzodkiewki 60g, rosłonka 15g, 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 : 2115.04 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 58.51 g; Węglowodany ogółem: 336.09 g; Witamina C: 70.75 mg; Wapń: 787.51 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4567.56 ug; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; suma cukrów prostych: 49.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.55 g; sól: 2049.47 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dynia gotowana 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), rukola 15g , dżem 25g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta selerowa 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszponka 15g , 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 : 2077.20 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 348.86 g; Witamina C: 124.52 mg; Wapń: 608.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3521.76 ug; Błonnik pokarmowy: 33.18 g; suma cukrów prostych: 59.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.74 g; sól: 1417.44 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), rukola z pestkami dyni 15g , poledwica drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ), jabłko 70g 0.5szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z warzywami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), ryż brązowy na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> surówka z kapusty pekińskiej z filetem z kurczaka 150g ,	pasta z soczewicy i marchewki 70g ( <b>GLU</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), sałatka z pomidora i rzodkiewki 60g , roszponka 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> twarożek z ziołami 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2444.21 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 78.83 g; Węglowodany ogółem: 350.58 g; Witamina C: 111.85 mg; Wapń: 1195.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5144.39 ug; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.89 g; sól: 2244.76 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dynia gotowana 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), dżem 25g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z warzywami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta selerowa 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszponka 15g , 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 : 2077.20 kcal; Białko ogółem: 85.60 g; Tłuszcz: 48.44 g; Węglowodany ogółem: 348.86 g; Witamina C: 124.52 mg; Wapń: 608.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3521.76 ug; Błonnik pokarmowy: 33.18 g; suma cukrów prostych: 59.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.74 g; sól: 1417.44 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi wznocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 330ml ,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel słodzony 200g ,	Zupa koperkowa wzmocniona 400ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2010.35 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 87.99 g; Węglowodany ogółem: 240.55 g; Witamina C: 433.02 mg; Wapń: 990.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5905.54 ug; Błonnik pokarmowy: 48.58 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.63 g; sól: 1827.28 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-03-26</b> <b>Dieta: PAPPKOWATA (D11)</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi wznocniona 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 330ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z warzywami zmiksowane 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , bukiet z warzyw zmiksowany 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel słodzony 200g ,	Zupa koperkowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2138.31 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 65.00 g; Węglowodany ogółem: 334.64 g; Witamina C: 633.23 mg; Wapń: 1273.14 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6909.44 ug; Błonnik pokarmowy: 70.11 g; suma cukrów prostych: 84.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.17 g; sól: 1951.32 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), dżem 25g , dynia gotowana 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy pitny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ryż na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> babka 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	pasta selerowa 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszponka 15g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2344.50 kcal; Białko ogółem: 93.75 g; Tłuszcz: 60.04 g; Węglowodany ogółem: 381.15 g; Witamina C: 133.43 mg; Wapń: 746.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3687.72 ug; Błonnik pokarmowy: 33.71 g; suma cukrów prostych: 81.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.26 g; sól: 1499.66 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), rukola z pestkami dyni 15g , dżem 25g , 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 , <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo warzywny 200ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż brązowy na sypko 250g , groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> babka 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	pasta z soczewicy i marchewki 70g ( <b>GLU</b> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), sałatka z pomidora i rzodkiewki 60g , roszponka 15g , 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 : 2531.74 kcal; Białko ogółem: 95.53 g; Tłuszcz: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 426.22 g; Witamina C: 99.55 mg; Wapń: 826.80 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5420.76 ug; Błonnik pokarmowy: 35.68 g; suma cukrów prostych: 109.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.53 g; sól: 2128.00 mg;		
<b>czwartek 2026-03-26</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi przetarta 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), szynka konserwowa drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , dynia gotowana przetarta 60g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), potrawka z kurczaka z warzywami przetarta 20g ( <b>GLU, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , bukiet jarzyn z wody przetarte 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta selerowa 70g ( <b>BIA, SEL</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</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 , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2064.02 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 335.75 g; Witamina C: 366.33 mg; Wapń: 954.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5272.83 ug; Błonnik pokarmowy: 54.60 g; suma cukrów prostych: 61.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.72 g; sól: 1621.90 mg;		



## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-03-27</b> <b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem wzmocniona 400ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata owocowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo warzywny 200ml ,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń czekoladowy 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 400ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2245.06 kcal; Białko ogółem: 119.00 g; Tłuszcz: 105.28 g; Węglowodany ogółem: 236.02 g; Witamina C: 255.00 mg; Wapń: 960.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3986.83 ug; Błonnik pokarmowy: 31.51 g; suma cukrów prostych: 63.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.84 g; sól: 1260.84 mg;		
<b>piątek 2026-03-27</b> <b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata owocowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo warzywny 200ml ,	Zupa pomidorowa z ryżem zmiksowana 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL, DWU</b> ), Ryba na parze zmiksowana 110g ( <b>RYB</b> ), sos cytrynowy 100ml ( <b>GLU</b> ), puree ziemniaczane 250g , szpinak zmiksowany 150g ( <b>BIA, GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń czekoladowy 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami wzmocniona 450ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2186.56 kcal; Białko ogółem: 132.05 g; Tłuszcz: 71.75 g; Węglowodany ogółem: 304.15 g; Witamina C: 539.63 mg; Wapń: 1359.81 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6227.51 ug; Błonnik pokarmowy: 53.80 g; suma cukrów prostych: 59.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.86 g; sól: 1222.59 mg;		
<b>piątek 2026-03-27</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek z ziołami 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , szpinak liście 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), Ryba na parze 110g ( <b>RYB</b> ), sos cytrynowy 100ml ( <b>GLU</b> ), szpinak 150g ( <b>BIA, GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń czekoladowy 200ml ( <b>BIA</b> ),	jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2028.23 kcal; Białko ogółem: 102.72 g; Tłuszcz: 68.42 g; Węglowodany ogółem: 265.27 g; Witamina C: 160.41 mg; Wapń: 1062.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2363.82 ug; Błonnik pokarmowy: 21.37 g; suma cukrów prostych: 44.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.02 g; sól: 1627.89 mg;		
<b>piątek 2026-03-27</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek z ziołami 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek zielony 60g , szpinak liście 30g ( <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 owocowa 250ml , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcza 1szt - 150g 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 350g ( <b>BIA, SEL, DWU</b> ), Ryba pieczona 110g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , surówka z kapusty kiszanej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń czekoladowy 200ml ( <b>BIA</b> ),	jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), 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>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2136.95 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 70.48 g; Węglowodany ogółem: 296.66 g; Witamina C: 301.75 mg; Wapń: 1005.47 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1824.68 ug; Błonnik pokarmowy: 30.47 g; suma cukrów prostych: 54.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.66 g; sól: 1603.03 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
Zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Brokuł z wody 30g, Pomidor 30g, mix sałat 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Zupa selerowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Pulpet wieprzowy duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml,	sałatka jarzynowa dietetyczna 100g ( <b>JAJ, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 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> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2268.12 kcal; Białko ogółem: 118.56 g; Tłuszcz: 83.72 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; Witamina C: 168.54 mg; Wapń: 1461.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2398.31 ug; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; suma cukrów prostych: 58.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.45 g; sól: 1563.70 mg;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
Zupa mleczna z ryżem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczerek:</b> manna z sokiem 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa kalafiorowa wzmocniona 450ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2363.95 kcal; Białko ogółem: 135.05 g; Tłuszcz: 90.22 g; Węglowodany ogółem: 282.29 g; Witamina C: 224.16 mg; Wapń: 1375.02 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3163.48 ug; Błonnik pokarmowy: 32.63 g; suma cukrów prostych: 75.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.82 g; sól: 1646.75 mg;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
Zupa mleczna z ryżem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Zupa selerowa krem 350ml ( <b>SEL</b> ), pulpet wieprzowy duszony zmiksowany 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), puree ziemniaczane 250g, sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), puree z brokuła 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Zupa kalafiorowa wzmocniona 450ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2269.85 kcal; Białko ogółem: 139.37 g; Tłuszcz: 77.75 g; Węglowodany ogółem: 310.76 g; Witamina C: 527.38 mg; Wapń: 1302.91 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5044.69 ug; Błonnik pokarmowy: 61.27 g; suma cukrów prostych: 43.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.80 g; sól: 1507.42 mg;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
Zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 30g, Pomidor 30g, mix sałat z siemieniem lnianym 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	Zupa selerowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), naleśniki z twarogiem i sosem owocowym 350g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pomarańcza 1szt - 150g 1szt, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczerek:</b> manna z sokiem 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	sałatka jarzynowa 100g ( <b>BIA, JAJ, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, sałata 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2774.31 kcal; Białko ogółem: 125.73 g; Tłuszcz: 99.39 g; Węglowodany ogółem: 367.72 g; Witamina C: 283.68 mg; Wapń: 1642.69 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2569.58 ug; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; suma cukrów prostych: 101.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.59 g; sól: 1605.49 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 30g , Pomidor 30g , mix sałat 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>II Śniadanie:</b> mus wielowarzywny 100g ,	Zupa selerowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), naleśniki z twarogiem i sosem owocowym 350g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), pomarańcz 1/2 szt - 150g 0.5szt , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczerek:</b> manna z sokiem 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	sałatka jarzynowa 100g ( <b>BIA, JAJ, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), 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> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2616.67 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz: 91.60 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; Witamina C: 281.13 mg; Wapń: 1491.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3837.47 ug; Błonnik pokarmowy: 38.30 g; suma cukrów prostych: 86.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.22 g; sól: 1568.47 mg;		
<b>sobota 2026-03-28</b>		
<b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
zupa mleczna z ryżem przetarta 250ml ( <b>BIA</b> ), Pasta mięsna 70g ( <b>JAJ, MIĘ, SEL</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa selerowa krem 350ml ( <b>SEL</b> ), Pulpet wieprzowy duszony przetarty 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), puree z brokuła 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	sałatka jarzynowa dietetyczna przetarta 100g ( <b>JAJ, 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 owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2334.80 kcal; Białko ogółem: 119.83 g; Tłuszcz: 90.47 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Witamina C: 406.05 mg; Wapń: 1287.82 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4524.37 ug; Błonnik pokarmowy: 49.55 g; suma cukrów prostych: 39.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.44 g; sól: 2007.62 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), jajecznicza ze szczypiorkiem 70g ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka wiosenna z olejem rzepakowym bez cukru 60g , roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos serowy 100ml ( <b>BIA</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Leczo warzywne z kielbasą 150g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), twaróg owocowy 150g ( <b>BIA</b> ), 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>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2421.33 kcal; Białko ogółem: 129.37 g; Tłuszcz: 85.72 g; Węglowodany ogółem: 305.28 g; Witamina C: 191.81 mg; Wapń: 831.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3730.00 ug; Błonnik pokarmowy: 29.27 g; suma cukrów prostych: 75.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.76 g; sól: 1454.42 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), jajecznicza z zieleniną 70g ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cukinia z wody 60g , roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twaróg owocowy 150g ( <b>BIA</b> ), Leczo warzywne z parówkami(gotowane) 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2244.69 kcal; Białko ogółem: 123.38 g; Tłuszcz: 79.59 g; Węglowodany ogółem: 280.31 g; Witamina C: 224.15 mg; Wapń: 727.11 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3838.76 ug; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; suma cukrów prostych: 62.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.35 g; sól: 1888.23 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), jajecznica ze szczypiorkiem 70g ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka wiosenna z olejem rzepakowym bez cukru 60g, roszponka 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Serek wiejski 150g ( <b>BIA</b> ),	Rosół z makaronem razowym 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos serowy 100ml ( <b>BIA</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, bukiet jarzyn z wody 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> owsianka na mleku z jabłkiem i cynamonem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	twarożek 150g ( <b>BIA</b> ), leczo z warzywami i kielbasą 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <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>Posiłek nocny:</b> sok warzywny 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2565.21 kcal; Białko ogółem: 153.76 g; Tłuszcz: 103.07 g; Węglowodany ogółem: 284.57 g; Witamina C: 289.16 mg; Wapń: 1174.18 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2969.52 ug; Błonnik pokarmowy: 34.69 g; suma cukrów prostych: 62.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; sól: 2547.76 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z pomidorami 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cukinia z wody 60g, roszponka 15g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 300g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	twarożek owocowy 150g ( <b>BIA</b> ), Leczo warzywno z parówkami(gotowane) 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, sałata 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2167.17 kcal; Białko ogółem: 118.32 g; Tłuszcz: 68.15 g; Węglowodany ogółem: 292.76 g; Witamina C: 229.99 mg; Wapń: 726.76 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3489.90 ug; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; suma cukrów prostych: 64.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.09 g; sól: 1832.36 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z budyniem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> mus wielowarzywny 100g,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 500ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g,	Zupa jarzynowa wzmocniona 500ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2420.12 kcal; Białko ogółem: 129.15 g; Tłuszcz: 93.65 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; Witamina C: 377.32 mg; Wapń: 1238.67 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6312.54 ug; Błonnik pokarmowy: 46.35 g; suma cukrów prostych: 126.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.02 g; sól: 1485.41 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z budyniem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> mus wielowarzywny 100g,	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka w sosie pietruszkowym zmiksowane 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), bukiet z warzyw zmiksowany 150g, puree ziemniaczane 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g,	Zupa jarzynowa wzmocniona 400ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2320.98 kcal; Białko ogółem: 144.42 g; Tłuszcz: 68.51 g; Węglowodany ogółem: 344.11 g; Witamina C: 604.67 mg; Wapń: 1449.56 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 7777.06 ug; Błonnik pokarmowy: 65.92 g; suma cukrów prostych: 108.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.57 g; sól: 1030.02 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-03-29</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z budyniem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), jajecznica z zieleniną 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cukinia z wody 60g , roszonek 15g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> twarożek waniliowy 150g ( <b>BIA</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka 110g , sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Leczo warzywne z parówkami (gotowane) 150g ( <b>GLU, MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2718.94 kcal; Białko ogółem: 147.17 g; Tłuszcz: 97.28 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; Witamina C: 205.09 mg; Wapń: 1192.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4014.56 ug; Błonnik pokarmowy: 27.98 g; suma cukrów prostych: 92.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.44 g; sól: 1549.48 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), jajecznica ze szczypiorkiem 70g ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), surówka wiosenna z olejem rzepakowym bez cukru 60g , roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 60g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), pieczywo razowe 30g ( <b>GLU, JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> twarożek waniliowy 150g ( <b>BIA</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos serowy 100ml ( <b>BIA</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> kisiel z owocem 200g ( <b>DWU</b> ),	twarożek owocowy 150g ( <b>BIA</b> ), leczo z warzywami i kiełbasą 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), 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>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2551.18 kcal; Białko ogółem: 150.01 g; Tłuszcz: 89.25 g; Węglowodany ogółem: 309.18 g; Witamina C: 217.65 mg; Wapń: 972.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3917.75 ug; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.00 g; sól: 1979.04 mg;		
<b>niedziela 2026-03-29</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), jajecznica z zieleniną 70g ( <b>JAJ</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cukinia z wody przetarta 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Rosół z makaronem zmiksowany 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), eskalopki z indyka przetarte 110g , sos pietruszkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), bukiet z warzyw zmiksowany 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twarożek owocowy 150g ( <b>BIA</b> ), leczo z warzywami i parówkami przetarte 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</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 , <b>Posiłek nocny:</b> Sok owocowo warzywny 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2252.26 kcal; Białko ogółem: 139.69 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; Witamina C: 414.25 mg; Wapń: 1075.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5230.04 ug; Błonnik pokarmowy: 45.21 g; suma cukrów prostych: 61.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.78 g; sól: 1791.30 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 60g , roszonek ze słonecznikiem 15g , 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 ,	Ziemniaczanka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kapusta modra na ciepło 150g , kasza gryczana na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	sałatka z makreli wędzonej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), papryka konserwowa 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 ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2326.25 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 75.81 g; Węglowodany ogółem: 332.90 g; Witamina C: 272.94 mg; Wapń: 819.06 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3373.15 ug; Błonnik pokarmowy: 40.26 g; suma cukrów prostych: 37.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.86 g; sól: 2120.65 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g, szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, roszonek 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Ziemniaczanka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), Brokuł z wody 150g, kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml,	pastę z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2195.95 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 73.68 g; Węglowodany ogółem: 304.67 g; Witamina C: 234.20 mg; Wapń: 812.86 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3806.41 ug; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; suma cukrów prostych: 26.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.82 g; sól: 1534.67 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
zupa mleczna z makaronem razowym 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 60g, roszonek ze słonecznikiem 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Ziemniaczanka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kapusta modra na ciepło 150g, kasza gryczana na sypko 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> sałatka warzywna z kurczakiem 150g,	sałatka z makreli wędzonej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), papryka konserwowa 60g, sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2509.45 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 82.98 g; Węglowodany ogółem: 356.35 g; Witamina C: 314.79 mg; Wapń: 1059.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3487.78 ug; Błonnik pokarmowy: 47.63 g; suma cukrów prostych: 42.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.41 g; sól: 2178.08 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 30g ( <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,	Ziemniaczanka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), Brokuł z wody 150g, kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml,	pastę z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), sałata 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2138.17 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Witamina C: 234.20 mg; Wapń: 715.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3759.43 ug; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; suma cukrów prostych: 26.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.50 g; sól: 1308.25 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</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> jogurt owocowy 1szt ( <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> budyń 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa koperkowa wzmocniona 450ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2062.97 kcal; Białko ogółem: 124.77 g; Tłuszcz: 95.81 g; Węglowodany ogółem: 220.02 g; Witamina C: 375.68 mg; Wapń: 1538.78 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6062.08 ug; Błonnik pokarmowy: 47.17 g; suma cukrów prostych: 61.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; sól: 1380.72 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Dieta: PAPPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna owocowa z płatkami jęczmiennymi wzmocniona 250ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Ziemniaczanka zmiiksowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy zmiiksowany 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , puree z brokuła 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa koperkowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2130.88 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 307.21 g; Witamina C: 614.63 mg; Wapń: 1647.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 8012.17 ug; Błonnik pokarmowy: 70.58 g; suma cukrów prostych: 52.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.69 g; sól: 1109.64 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <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 owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Ziemniaczanka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), Brokuł z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń 200ml ( <b>BIA</b> ),	pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), seler gotowany 60g ( <b>SEL</b> ), sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2677.92 kcal; Białko ogółem: 123.73 g; Tłuszcz: 85.63 g; Węglowodany ogółem: 387.49 g; Witamina C: 288.13 mg; Wapń: 1125.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3951.52 ug; Błonnik pokarmowy: 41.51 g; suma cukrów prostych: 50.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.23 g; sól: 1662.12 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
zupa mleczna z makaronem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , rzodkiewka 60g , roszonek ze słonecznikiem 15g , 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> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Ziemniaczanka 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza gryczana na sypko 250g , kapusta modra na ciepło 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> babka 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), papryka konserwowa 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 ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2530.68 kcal; Białko ogółem: 122.50 g; Tłuszcz: 79.63 g; Węglowodany ogółem: 364.40 g; Witamina C: 284.19 mg; Wapń: 979.30 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3725.08 ug; Błonnik pokarmowy: 40.52 g; suma cukrów prostych: 72.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.89 g; sól: 1977.54 mg;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
zupa mleczna z makaronem przetarta 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), dżem 25g , ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Ziemniaczanka przetarta 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy przetarty 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), puree z brokuła 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), twarózek 70g ( <b>BIA</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 ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2320.35 kcal; Białko ogółem: 124.04 g; Tłuszcz: 81.88 g; Węglowodany ogółem: 321.25 g; Witamina C: 436.00 mg; Wapń: 1171.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5940.94 ug; Błonnik pokarmowy: 54.83 g; suma cukrów prostych: 27.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.05 g; sól: 1585.81 mg;		







## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-01</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Twarożek fromage 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z zieleniną 60g , roszonek 15g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	zupa koperkowa z lanym ciastem 350g ( <b>GLU, MIĘ, SEL, ROS</b> ), schab duszony 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), seler gotowany 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 300g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	poledwica drobiowa 25g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , cukinia 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2094.17 kcal; Białko ogółem: 115.26 g; Tłuszcz: 62.68 g; Węglowodany ogółem: 285.15 g; Witamina C: 127.57 mg; Wapń: 996.97 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1819.09 ug; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; suma cukrów prostych: 47.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.73 g; sól: 1259.44 mg;		
<b>środa 2026-04-01</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą i bananem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 200ml ,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 500ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 500ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2296.56 kcal; Białko ogółem: 133.14 g; Tłuszcz: 96.31 g; Węglowodany ogółem: 264.02 g; Witamina C: 334.62 mg; Wapń: 1396.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3873.24 ug; Błonnik pokarmowy: 41.23 g; suma cukrów prostych: 77.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.72 g; sól: 1750.85 mg;		
<b>środa 2026-04-01</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą i bananem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 200ml ,	Zupa koperkowa z ziemniakami zmiksowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), schab duszony zmiksowany 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), seler gotowany zmielony 150g ( <b>SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 400ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2159.02 kcal; Białko ogółem: 141.87 g; Tłuszcz: 65.47 g; Węglowodany ogółem: 308.05 g; Witamina C: 526.19 mg; Wapń: 1614.54 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4926.46 ug; Błonnik pokarmowy: 60.24 g; suma cukrów prostych: 61.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.26 g; sól: 1196.02 mg;		
<b>środa 2026-04-01</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z zacierką 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Twarożek fromage 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z zieleniną 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>II Śniadanie:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), schab duszony 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), seler gotowany 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	poledwica drobiowa 25g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , cukinia z wody 60g , sałata 30g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2123.15 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 71.64 g; Węglowodany ogółem: 262.83 g; Witamina C: 106.59 mg; Wapń: 1343.94 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2355.67 ug; Błonnik pokarmowy: 22.81 g; suma cukrów prostych: 62.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.95 g; sól: 1366.47 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-01</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Twarożek fromage 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z pomidora z pestkami dyni 60g , 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>II Śniadanie:</b> babka 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Zupa grochowa 350g ( <b>GLU, MIĘ, SEL, ROŚ</b> ), schab duszony 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), surówka z selera z orzechami 150g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Gruszka 150g 1szt ,	salami 25g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , rzodkiewka 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> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2513.87 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 86.72 g; Węglowodany ogółem: 340.23 g; Witamina C: 147.50 mg; Wapń: 1036.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1825.24 ug; Błonnik pokarmowy: 36.96 g; suma cukrów prostych: 82.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.07 g; sól: 1691.25 mg;		
<b>środa 2026-04-01</b>		
<b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
zupa mleczna z kaszą i bananem przetarta 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Twarożek fromage 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</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> ),	Zupa koperkowa z ziemniakami przetarta 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), schab duszony przetarty 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos koperkowy 100ml ( <b>GLU</b> ), seler gotowany przetarty 150g ( <b>SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	poledwica drobiowa przetarta 25g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), cukinia z wody przetarta 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2287.95 kcal; Białko ogółem: 134.56 g; Tłuszcz: 75.69 g; Węglowodany ogółem: 303.59 g; Witamina C: 308.06 mg; Wapń: 1274.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3348.36 ug; Błonnik pokarmowy: 42.79 g; suma cukrów prostych: 47.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.23 g; sól: 1781.65 mg;		

Dietetyk

.....