

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-05-02</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), plastry pomidora i mozzareli z bazylią i słonecznikiem 110g ( <b>BIA, JAJ</b> ), papryka świeża 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 ,	Zupa pieczarkowa z ziemnikami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), kurczak po chińsku 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ser biały wędzony 50g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), mix sałat 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> sok pomidorowy 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2078.55 kcal; Białko ogółem: 97.58 g; Tłuszcz: 61.89 g; Węglowodany ogółem: 308.22 g; Witamina C: 324.63 mg; Wapń: 873.04 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2888.96 ug; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; suma cukrów prostych: 32.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.37 g; sól: 2336.78 mg;		
<b>sobota 2026-05-02</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), serek fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml ( <b>SEL</b> ), kurczak duszony z warzywami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), marchew gotowana 60g ( <b>DWU</b> ), mix sałat 30g , 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 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2018.56 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 59.54 g; Węglowodany ogółem: 287.61 g; Witamina C: 279.10 mg; Wapń: 860.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3778.64 ug; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; suma cukrów prostych: 34.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.16 g; sól: 2131.00 mg;		
<b>sobota 2026-05-02</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), plastry pomidora i mozzareli z bazylią i słonecznikiem 110g , papryka świeża 60g , szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> pomarańcza 1szt - 150g 1szt , jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa pieczarkowa z ziemnikami 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), kurczak po chińsku 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), Brokuł z wody 150g , ryż brązowy na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> surówka z kapusty modrej z kurczakiem bez cukru 150g ( <b>JAJ</b> ),	Ser biały wędzony 50g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), mix sałat 30g , 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> twarożek farmerski 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2363.57 kcal; Białko ogółem: 123.26 g; Tłuszcz: 75.40 g; Węglowodany ogółem: 336.29 g; Witamina C: 474.45 mg; Wapń: 1259.27 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4107.65 ug; Błonnik pokarmowy: 44.00 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.45 g; sól: 1755.66 mg;		
<b>sobota 2026-05-02</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), serek fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 60g , szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa selerowa z ziemniakami 350ml ( <b>SEL</b> ), kurczak duszony z warzywami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , Brokuł z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), marchew gotowana 60g ( <b>DWU</b> ), mix sałat 30g , 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 330ml ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2107.21 kcal; Białko ogółem: 114.33 g; Tłuszcz: 60.89 g; Węglowodany ogółem: 302.25 g; Witamina C: 281.16 mg; Wapń: 1110.36 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3823.68 ug; Błonnik pokarmowy: 32.89 g; suma cukrów prostych: 45.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.83 g; sól: 2192.74 mg;		





## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , kielbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), marchew gotowana 60g ( <b>DWU</b> ), roszponka 15g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Dyniowa krem 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Pulpet wieprzowy duszony 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 300g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	leczo warzywne 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 30g ( <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> jogurt owocowy pitny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2099.27 kcal; Białko ogółem: 100.81 g; Tłuszcz: 65.42 g; Węglowodany ogółem: 303.81 g; Witamina C: 182.04 mg; Wapń: 850.03 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4478.49 ug; Błonnik pokarmowy: 36.60 g; suma cukrów prostych: 48.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.40 g; sól: 1749.10 mg;		
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna owocowa z płatkami jęczmiennymi wzmocniona 450ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 500ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa krem 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy pitny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2134.42 kcal; Białko ogółem: 126.94 g; Tłuszcz: 91.59 g; Węglowodany ogółem: 227.16 g; Witamina C: 215.39 mg; Wapń: 1609.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2922.08 ug; Błonnik pokarmowy: 48.8 g; suma cukrów prostych: 89.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.73 g; sól: 1627.13 mg;		
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna owocowa z płatkami jęczmiennymi wzmocniona 250ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Dyniowa krem 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pulpet wieprzowy duszony zmiksowany 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), bukiet z warzyw zmiksowany 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa krem 250ml ( <b>GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt owocowy pitny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2198.59 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 76.73 g; Węglowodany ogółem: 295.06 g; Witamina C: 448.04 mg; Wapń: 1857.32 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4903.58 ug; Błonnik pokarmowy: 54.07 g; suma cukrów prostych: 79.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.99 g; sól: 1492.63 mg;		
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 30g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , marchew gotowana 60g ( <b>DWU</b> ), roszponka 15g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> koktajl mleczno owocowy owoce leśne 200ml ( <b>BIA</b> ),	Dyniowa krem 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), pulpet duszony wieprzowy 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> maślanka 200g ( <b>BIA</b> ),	leczo warzywne 150g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka wieprz. 30g ( <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> jogurt owocowy pitny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2299.26 kcal; Białko ogółem: 113.35 g; Tłuszcz: 79.77 g; Węglowodany ogółem: 307.35 g; Witamina C: 205.41 mg; Wapń: 1183.42 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4574.28 ug; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.37 g; sól: 2009.17 mg;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-04</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z brokułami 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek małosolny 60g, mix sałat z pestkami dyni 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>II Śniadanie:</b> warzywa surowe w słupki z sosem jogurtowo-koperkowym 150g,	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), wątróbka drobiowa z cebulką 110g, bukiet jarzyn z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Serek wiejski 150g ( <b>BIA</b> ),	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), surówka wiosenna z ciecierzycą 60g, szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Kanapka z pieczywa razowego z masłem, wędliną i ogórkiem zielonym 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2362.80 kcal; Białko ogółem: 128.86 g; Tłuszcz: 103.64 g; Węglowodany ogółem: 262.60 g; Witamina C: 175.90 mg; Wapń: 888.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 10534.22 ug; Błonnik pokarmowy: 37.00 g; suma cukrów prostych: 37.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.65 g; sól: 1534.39 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z brokułami 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), mix sałat 15g, Pomidor 60g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	miód 25g, szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), cukinia z wody 60g, szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2216.74 kcal; Białko ogółem: 119.68 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 284.54 g; Witamina C: 173.94 mg; Wapń: 905.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1886.40 ug; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; suma cukrów prostych: 51.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.53 g; sól: 1228.06 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</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> Kisiel słodzony 200g,	Płynna wzmocniona z bulionem, mięsem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo warzywny 330ml,	Zupa brokułowa z ziemniakami zmiksowana 450ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2182.66 kcal; Białko ogółem: 111.20 g; Tłuszcz: 95.18 g; Węglowodany ogółem: 249.97 g; Witamina C: 291.69 mg; Wapń: 1048.72 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4238.76 ug; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; suma cukrów prostych: 110.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.79 g; sól: 1268.43 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</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> Kisiel słodzony 200g,	Krupnik zmiksowany 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa zmielona 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), puree ziemniaczane 250g, bukiet z warzyw zmiksowany 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Sok owocowo warzywny 330ml,	Zupa brokułowa z ziemniakami zmiksowana 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2146.84 kcal; Białko ogółem: 126.72 g; Tłuszcz: 66.23 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; Witamina C: 541.24 mg; Wapń: 1318.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5706.77 ug; Błonnik pokarmowy: 54.38 g; suma cukrów prostych: 97.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.81 g; sól: 1125.38 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z brokułami 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , mix sałat 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> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Serek wiejski 150g ( <b>BIA</b> ),	szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), miód 25g , cukinia z wody 60g , szpinak liście 15g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2518.15 kcal; Białko ogółem: 134.82 g; Tłuszcz: 102.43 g; Węglowodany ogółem: 287.11 g; Witamina C: 180.78 mg; Wapń: 1002.41 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2024.64 ug; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.44 g; sól: 1462.86 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z brokułami 70g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek małosolny 60g , mix sałat z pestkami dyni 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> kisiel z owocem 200g ( <b>DWU</b> ),	Krupnik 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , bukiet jarzyn z wody 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Serek wiejski 150g ( <b>BIA</b> ),	ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), miód 25g , szynka konserwowa drobiowa 50g ( <b>MIĘ</b> ), surówka wiosenna z ciecierzycą 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 owocowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2444.35 kcal; Białko ogółem: 130.39 g; Tłuszcz: 93.64 g; Węglowodany ogółem: 294.90 g; Witamina C: 168.16 mg; Wapń: 887.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1917.31 ug; Błonnik pokarmowy: 27.68 g; suma cukrów prostych: 59.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.82 g; sól: 1437.19 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), pasta z twarogu z brokułami 70g ( <b>BIA</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> ),	Krupnik zmiksowany 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), bitka wieprzowa przetarta 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, DWU</b> ), bukiet z warzyw zmiksowany 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	szynka konserwowa przetarta 50g ( <b>MIĘ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), miód 25g , cukinia z wody przetarta 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2354.79 kcal; Białko ogółem: 130.18 g; Tłuszcz: 87.01 g; Węglowodany ogółem: 305.78 g; Witamina C: 364.45 mg; Wapń: 1121.95 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3378.42 ug; Błonnik pokarmowy: 44.55 g; suma cukrów prostych: 40.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.36 g; sól: 2268.26 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</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> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Roladka drobiowa z warzywami duszona 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , sałata ze śmietaną 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki z siemieniem lnianym 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>Posilek nocny:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2192.85 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 93.19 g; Węglowodany ogółem: 244.32 g; Witamina C: 105.32 mg; Wapń: 897.19 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2340.88 ug; Błonnik pokarmowy: 22.88 g; suma cukrów prostych: 35.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.26 g; sól: 3326.82 mg;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Rolada drobiowa z warzywami duszona 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), kalafior z wody 60g , roszponka 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posilek nocny:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2127.81 kcal; Białko ogółem: 120.78 g; Tłuszcz: 76.48 g; Węglowodany ogółem: 253.69 g; Witamina C: 112.97 mg; Wapń: 1209.87 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1565.96 ug; Błonnik pokarmowy: 20.09 g; suma cukrów prostych: 45.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.47 g; sól: 1739.37 mg;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Sniadanie:</b> jabłko 150g 1szt , kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Roladka drobiowa z warzywami duszona 110g ( <b>SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , sałata ze śmietaną 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> sałatka z ryżu brązowego z pieczarkami i jajkiem 150g ( <b>BIA, JAJ</b> ),	ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki z siemieniem lnianym 60g , roszponka 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posilek nocny:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2349.81 kcal; Białko ogółem: 120.20 g; Tłuszcz: 86.67 g; Węglowodany ogółem: 298.85 g; Witamina C: 173.01 mg; Wapń: 1212.28 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2911.10 ug; Błonnik pokarmowy: 33.14 g; suma cukrów prostych: 50.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.31 g; sól: 3476.92 mg;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</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> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa koperkowa z lanym ciastem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Rolada drobiowa z warzywami duszona 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata z jogurtem 150g ( <b>BIA</b> ), ziemniaki z koperkiem 300g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), kalafior z wody 60g , roszponka 15g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posilek nocny:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2008.57 kcal; Białko ogółem: 111.54 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 257.48 g; Witamina C: 121.67 mg; Wapń: 1197.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1516.25 ug; Błonnik pokarmowy: 20.80 g; suma cukrów prostych: 45.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.79 g; sól: 1395.25 mg;		







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g , mix sałat 30g , 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> kiwi 150g 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), Pulpet z indyka 110g ( <b>GLU, JAJ, MIĘ</b> ), sos chrzanowy 100g ( <b>GLU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , surówka wielowarzywna z olejem rzepakowym b/c 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> budyń czekoladowy 200ml ( <b>BIA</b> ),	twarożek z ziołami 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 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> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2346.48 kcal; Białko ogółem: 116.14 g; Tłuszcz: 85.98 g; Węglowodany ogółem: 310.26 g; Witamina C: 381.15 mg; Wapń: 1146.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5038.68 ug; Błonnik pokarmowy: 40.15 g; suma cukrów prostych: 60.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.12 g; sól: 1559.16 mg;		
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
maślanka 250g ( <b>BIA</b> ), pasta z ryby gotowanej z warzywami 70g ( <b>JAJ, RYB, SEL, DWU</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 owocowa 250ml ,	Zupa pomidorowa z makaronem przetarta 350ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), pulpet z indyka przetarty 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Fasolka szparagowa zmiksowana 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	serek ziołowy 50g ( <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> mus wielowarzywny 100g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2157.61 kcal; Białko ogółem: 122.36 g; Tłuszcz: 77.07 g; Węglowodany ogółem: 291.80 g; Witamina C: 389.41 mg; Wapń: 1467.00 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5292.75 ug; Błonnik pokarmowy: 52.94 g; suma cukrów prostych: 34.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.49 g; sól: 2457.54 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), Sałatka z brokuła i sera feta 100g ( <b>BIA</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> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa wiejska z zacierką 350g ( <b>GLU, MIĘ, SEL, ROŚ</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	sałatka z pomidora i ogórka zielonego z oliwą z oliwek 60g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , 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> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2068.22 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 67.67 g; Węglowodany ogółem: 304.16 g; Witamina C: 190.25 mg; Wapń: 742.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4090.46 ug; Błonnik pokarmowy: 33.20 g; suma cukrów prostych: 27.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.49 g; sól: 1922.88 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), Sałatka z brokuła i sera feta 100g ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), cukinia z wody 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	zupa wiejska z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , 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 ziołowa 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2080.81 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 58.62 g; Węglowodany ogółem: 316.38 g; Witamina C: 121.58 mg; Wapń: 1000.43 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5211.00 ug; Błonnik pokarmowy: 30.38 g; suma cukrów prostych: 38.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.84 g; sól: 1717.31 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-05-07</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), Sałatka z brokoła i sera feta 100g ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), papryka świeża 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> twarożek z ziołami 150g ( <b>BIA</b> ),	zupa wiejska z ziemniakami 350g ( <b>GLU, MIĘ, SEL, ROŚ</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym 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 bez cukru + jajko 150g ,	sałatka z pomidora i ogórka zikelonego z oliwą z oliwek 60g , szynka drobiowa 70g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2318.85 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 86.99 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; Witamina C: 234.86 mg; Wapń: 953.77 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4658.84 ug; Błonnik pokarmowy: 40.66 g; suma cukrów prostych: 38.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.27 g; sól: 2009.53 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), Sałatka z brokoła i sera białego 100g ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIĘ</b> ), cukinia z wody 60g , rukola 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	zupa wiejska z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g , marchew gotowana 150g ( <b>DWU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	bukiet jarzyn z wody 60g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 20g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2125.30 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 57.38 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; Witamina C: 121.58 mg; Wapń: 924.60 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5179.53 ug; Błonnik pokarmowy: 30.52 g; suma cukrów prostych: 38.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.52 g; sól: 1557.82 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <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 bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g ,	Zupa koperkowa wzmocniona 400ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2075.80 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 89.06 g; Węglowodany ogółem: 244.35 g; Witamina C: 250.73 mg; Wapń: 1181.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4252.93 ug; Błonnik pokarmowy: 37.22 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.23 g; sól: 1049.67 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa wiejska zmiksowana 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym zmiksowany 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , puree z marchewki 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g ,	Zupa koperkowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata ziołowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2065.37 kcal; Białko ogółem: 124.03 g; Tłuszcz: 61.80 g; Węglowodany ogółem: 317.63 g; Witamina C: 484.92 mg; Wapń: 1501.13 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 8809.06 ug; Błonnik pokarmowy: 66.91 g; suma cukrów prostych: 60.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.79 g; sól: 1010.50 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z kaszą manna z jabłkiem i cynamonem 250ml ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Sałatka z brokuła i sera feta 100g ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIE</b> ), cukinia z wody 60g, rukola 15g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa wiejska z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym z rodzynkami 200g ( <b>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> ),	szynka wieprz. 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g, bukiet jarzyn z wody 60g, sałata 30g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2437.95 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 86.20 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; Witamina C: 173.00 mg; Wapń: 1150.93 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5517.30 ug; Błonnik pokarmowy: 35.87 g; suma cukrów prostych: 43.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; sól: 1626.88 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), Sałatka z brokuła i sera feta 100g ( <b>BIA</b> ), kielbasa krakowska 50g ( <b>MIE</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> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Sok owocowo warzywny 200ml,	zupa wiejska z zacierką 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym z rodzynkami 200g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 250g, groszek z marchewką 150g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> naleśniki z musem jabłkowym 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	sałatka z pomidora, ogórka zielonego z oliwą z oliwek 60g, szynka drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g, 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> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2512.05 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 72.73 g; Węglowodany ogółem: 382.51 g; Witamina C: 207.15 mg; Wapń: 895.98 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4919.34 ug; Błonnik pokarmowy: 33.62 g; suma cukrów prostych: 58.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.36 g; sól: 2022.80 mg;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
kefir 200ml ( <b>BIA</b> ), puree z brokuła 70g, kielbasa krakowska przetarta 50g ( <b>MIE</b> ), cukinia z wody przetarta 60g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bez skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Zupa wiejska przetarta 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawałki kurczaka w sosie potrawkowym przetarte 200g, puree ziemniaczane 250g, puree z marchewki 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIE, SOJ, SEL, GOR</b> ), ser topiony 25g ( <b>BIA</b> ), dżem 25g, bukiet z warzyw zmiksowany 60g, masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bez skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata ziołowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2047.97 kcal; Białko ogółem: 122.91 g; Tłuszcz: 75.48 g; Węglowodany ogółem: 262.59 g; Witamina C: 329.49 mg; Wapń: 1056.16 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5414.96 ug; Błonnik pokarmowy: 44.71 g; suma cukrów prostych: 23.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.89 g; sól: 2028.10 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), rzodkiewka 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> ),	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml ( <b>BIA, MIE, SEL, ROŚ</b> ), Ryba pieczona 110g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), surówka z kapusty kiszzonej bez cukru 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	Ser biały wędzony 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), mix sałat 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2297.63 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 288.30 g; Witamina C: 147.48 mg; Wapń: 1405.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1598.02 ug; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; suma cukrów prostych: 73.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.77 g; sól: 2058.50 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</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> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba na parze 110g ( <b>RYB</b> ), sos grecki 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	twarożek 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), pietruszka gotowana 60g, mix sałat 30g, 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2120.35 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 59.60 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; Witamina C: 143.01 mg; Wapń: 1336.73 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2304.43 ug; Błonnik pokarmowy: 26.27 g; suma cukrów prostych: 77.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.50 g; sól: 1887.89 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), rzodkiewka 60g, roszponka 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>II Śniadanie:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Barszcz ukraiński z fasolą 350ml ( <b>BIA, MIĘ, SEL, ROŚ</b> ), Ryba pieczona 110g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), surówka z kapusty kiszanej bez cukru 150g, ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),	Ser biały wędzony 50g ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), mix sałat 30g, 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2559.35 kcal; Białko ogółem: 150.65 g; Tłuszcz: 98.51 g; Węglowodany ogółem: 297.56 g; Witamina C: 154.23 mg; Wapń: 1643.39 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1671.10 ug; Błonnik pokarmowy: 35.65 g; suma cukrów prostych: 82.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.29 g; sól: 2154.08 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), pasta z białek z zieleciną 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), Pomidor 60g, roszponka 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> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba duszona 110g ( <b>RYB</b> ), sos grecki 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml,	twarożek 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), pietruszka gotowana 60g, mix sałat 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2054.68 kcal; Białko ogółem: 123.05 g; Tłuszcz: 52.23 g; Węglowodany ogółem: 291.95 g; Witamina C: 148.60 mg; Wapń: 1341.37 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2259.58 ug; Błonnik pokarmowy: 26.40 g; suma cukrów prostych: 77.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.64 g; sól: 1888.81 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi wznocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 330ml,	Płynna wzmocniona z bulionem, mięsem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa wzmocniona 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2285.73 kcal; Białko ogółem: 127.41 g; Tłuszcz: 90.94 g; Węglowodany ogółem: 269.28 g; Witamina C: 286.50 mg; Wapń: 1467.96 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3103.56 ug; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 75.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.95 g; sól: 2099.84 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: PAPPKOWATA (D11)</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi wznocniona 300ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 330ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), ryba gotowana zmiksowana 110g ( <b>RYB, SEL</b> ), sos grecki zmiksowany 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczerek:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa kalafiorowa krem 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2241.37 kcal; Białko ogółem: 145.03 g; Tłuszcz: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 334.98 g; Witamina C: 547.80 mg; Wapń: 1845.46 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6219.38 ug; Błonnik pokarmowy: 61.29 g; suma cukrów prostych: 94.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.28 g; sól: 2415.93 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszponka 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> sok pomidorowy 330ml ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 350g ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba duszona 110g ( <b>RYB</b> ), sos grecki 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczerek:</b> budyń bez soku 200ml ( <b>BIA</b> ),	twarożek 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), pietruszka gotowana 60g , mix sałat 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2261.95 kcal; Białko ogółem: 130.43 g; Tłuszcz: 70.49 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; Witamina C: 253.04 mg; Wapń: 1535.99 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2708.22 ug; Błonnik pokarmowy: 29.25 g; suma cukrów prostych: 77.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.23 g; sól: 2443.19 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
Zupa mleczna z płatkami 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), rzodkiewka 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> ), kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> owsianka z truskawkami 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Barszcz ukraiński z fasolką 350ml ( <b>BIA, MIE, SEL, ROŚ</b> ), Ryba pieczona 110g ( <b>GLU, JAJ, RYB</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , surówka z kapusty kiszzonej bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Gruszka 150g 1szt ,	Ser biały wędzony 50g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), ogórek konserwowy 60g ( <b>GOR</b> ), mix sałat 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2374.40 kcal; Białko ogółem: 132.10 g; Tłuszcz: 83.44 g; Węglowodany ogółem: 299.15 g; Witamina C: 154.23 mg; Wapń: 1510.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1618.45 ug; Błonnik pokarmowy: 32.30 g; suma cukrów prostych: 78.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.85 g; sól: 2094.68 mg;		
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
Zupa mleczna z płatkami przetarta 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z jaj 70g ( <b>BIA, JAJ</b> ), poledwica drobiowa przetarta 50g ( <b>MIE, 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> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami zmiksowany 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), ryba gotowana zmiksowana 110g ( <b>RYB, SEL</b> ), sos grecki zmiksowany 150ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twarożek 70g ( <b>BIA</b> ), szynka wieprz. przetarta 50g ( <b>MIE, DWU</b> ), pietruszka gotowana przetarta 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> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2238.13 kcal; Białko ogółem: 139.08 g; Tłuszcz: 69.28 g; Węglowodany ogółem: 305.90 g; Witamina C: 338.82 mg; Wapń: 1749.74 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5035.55 ug; Błonnik pokarmowy: 48.47 g; suma cukrów prostych: 77.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.85 g; sól: 2201.25 mg;		





## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-05-09</b>		
<b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
kakao 250ml ( <b>BIA</b> ), pasta warzywna 100g ( <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> ),	Botwinka z ziemniakami przetarta 350ml ( <b>BIA, SEL</b> ), pulpet duszony wieprzowy 110g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sos naturalny 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), bukiet z warzyw zmkxowany 150g , puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	kielbasa żywiecka przetarta 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Serek grani 50g ( <b>BIA</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> kanapka z masłem, wędliną i sałatą bez skórki 1szt ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2101.07 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 69.16 g; Węglowodany ogółem: 318.69 g; Witamina C: 356.33 mg; Wapń: 1262.65 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4297.14 ug; Błonnik pokarmowy: 49.76 g; suma cukrów prostych: 61.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.15 g; sól: 2017.88 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , salami 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z papryki , pomidora i ogórka zielonego ze słonecznikiem 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 ,	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Udko pieczone 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , mizeria 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w galarecie 100g ( <b>MIĘ, RYB, SEL</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor z siemieniem lnianym 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> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2126.54 kcal; Białko ogółem: 140.86 g; Tłuszcz: 72.18 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; Witamina C: 198.25 mg; Wapń: 610.62 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1687.85 ug; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; suma cukrów prostych: 24.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.46 g; sól: 1590.42 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Brokuł z wody 60g , rosłonka 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 150g , sos mleczny 100ml ( <b>BIA</b> ), dynia gotowana 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w galarecie 100g ( <b>MIĘ, RYB, SEL</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> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2217.10 kcal; Białko ogółem: 151.80 g; Tłuszcz: 61.22 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; Witamina C: 165.27 mg; Wapń: 806.61 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2812.72 ug; Błonnik pokarmowy: 29.97 g; suma cukrów prostych: 42.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.51 g; sól: 1744.31 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
Ryż brązowy na mleku 250ml ( <b>BIA</b> ), salami 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), ser żółty 20g ( <b>BIA</b> ), sałatka z papryki , pomidora i ogórka zielonego ze słonecznikiem 60g , rosłonka 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>II Śniadanie:</b> kiwi 150g 1szt , jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),	Rosół z makaronem razowym 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Udko pieczone 150g , ziemniaki z koperkiem 250g , mizeria 150g ( <b>BIA</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> sałatka z pomidora i mozzarelli 150g ,	Ryba w galarecie 100g ( <b>MIĘ, RYB, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor z siemieniem lnianym 60g , sałata 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2299.49 kcal; Białko ogółem: 152.34 g; Tłuszcz: 85.69 g; Węglowodany ogółem: 256.46 g; Witamina C: 263.92 mg; Wapń: 946.75 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3945.97 ug; Błonnik pokarmowy: 33.66 g; suma cukrów prostych: 45.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; sól: 1872.26 mg;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), poledwica drobiowa 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Brokuł z wody 60g , roszonek 15g , masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 150g , sos mleczny 100ml ( <b>BIA</b> ), dynia gotowana 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 300g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w galarecie 100g ( <b>MIĘ, RYB, SEL</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> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2196.67 kcal; Białko ogółem: 152.90 g; Tłuszcz: 53.91 g; Węglowodany ogółem: 295.81 g; Witamina C: 173.96 mg; Wapń: 808.10 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2743.21 ug; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; suma cukrów prostych: 42.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.66 g; sól: 1748.48 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</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> Kisiel 200g ,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 500ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2128.24 kcal; Białko ogółem: 116.13 g; Tłuszcz: 94.07 g; Węglowodany ogółem: 232.99 g; Witamina C: 260.11 mg; Wapń: 889.57 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2981.50 ug; Błonnik pokarmowy: 30.07 g; suma cukrów prostych: 62.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.20 g; sól: 1184.71 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
herbata b/c 250ml , zupa mleczna z ryżem i owocem wzmocniona 250ml ( <b>BIA, JAJ</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kisiel 200g ,	Rosół z makaronem zmięszany 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone zmięszane 150g , dynia gotowana zmielona 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa jarzynowa wzmocniona 350ml ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2353.02 kcal; Białko ogółem: 170.28 g; Tłuszcz: 75.99 g; Węglowodany ogółem: 302.61 g; Witamina C: 481.36 mg; Wapń: 1316.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 6041.22 ug; Błonnik pokarmowy: 59.81 g; suma cukrów prostych: 53.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.62 g; sól: 892.32 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , Brokuł z wody 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> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone 150g , sos mleczny 100ml ( <b>GLU</b> ), dynia gotowana 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> manna bez soku 200g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Ryba w galarecie 100g ( <b>MIĘ, RYB, SEL</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> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2449.89 kcal; Białko ogółem: 163.50 g; Tłuszcz: 73.23 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; Witamina C: 175.35 mg; Wapń: 1067.07 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2934.76 ug; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; suma cukrów prostych: 44.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.78 g; sól: 1839.78 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), dżem 25g , salami 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), sałatka z papryki , pomidora i ogórka zielonego ze słonecznikiem 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> ), <b>II Śniadanie:</b> Drożdżówka 80g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Rosół z makaronem 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Udko pieczone 150g , mizeria 150g ( <b>BIA</b> ), ziemniaki z koperkiem 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> jogurt owocowy 1szt ( <b>BIA</b> ),	Ryba w galarecie 100g ( <b>MIĘ, RYB, SEL</b> ), poledwica drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor z siemieniem lnianym 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> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2391.14 kcal; Białko ogółem: 149.73 g; Tłuszcz: 79.29 g; Węglowodany ogółem: 286.39 g; Witamina C: 207.16 mg; Wapń: 757.09 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1766.15 ug; Błonnik pokarmowy: 25.13 g; suma cukrów prostych: 38.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.79 g; sól: 1732.70 mg;		
<b>niedziela 2026-05-10</b>		
<b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
zupa mleczna z ryżem 250ml ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), poledwica drobiowa przetarta 30g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), dżem 25g , puree z brokuła 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Rosół z makaronem zmiśowany 350ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), udko duszone zmiśowane 150g , sos mleczny 100ml ( <b>GLU</b> ), dynia gotowana przetarta 150g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Ryba w galarecie zmiśowana 100g ( <b>MIĘ, RYB, 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> ), herbata b/c 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> twarożek 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2385.80 kcal; Białko ogółem: 177.91 g; Tłuszcz: 72.77 g; Węglowodany ogółem: 298.15 g; Witamina C: 336.35 mg; Wapń: 1058.53 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4857.47 ug; Błonnik pokarmowy: 48.97 g; suma cukrów prostych: 28.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.00 g; sól: 2668.50 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA (D01)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), jajecznica 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g , 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 ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), buraczki bez cukru 150g , kasza gryczana na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 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> ), herbata owocowa 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2032.37 kcal; Białko ogółem: 101.44 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 270.16 g; Witamina C: 189.15 mg; Wapń: 766.25 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2080.20 ug; Błonnik pokarmowy: 29.31 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.20 g; sól: 1372.49 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA (D02)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), jajecznica 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 60g , mix sałat 30g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), buraczki bez cukru 150g , kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g , roszonek 15g , masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2099.39 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 71.20 g; Węglowodany ogółem: 285.99 g; Witamina C: 128.04 mg; Wapń: 790.26 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2536.80 ug; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 52.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.38 g; sól: 1267.85 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-11</b>		
<b>Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), jajecznicza 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g, mix sałat z siemieniem lnianym 30g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> jaglanka na mleku z jabłkiem i cynamonem 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), buraczki bez cukru 150g, kasza gryczana na sypko 250g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> sałatka z brązowego makaronu z brokułem i filetem z kurczaka 150g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, roszonek 15g, masło 10g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 90g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Koktajl mleczno owocowy truskawkowy b/c 200ml ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2336.55 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 85.43 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; Witamina C: 242.72 mg; Wapń: 1026.01 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2506.22 ug; Błonnik pokarmowy: 34.68 g; suma cukrów prostych: 44.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.50 g; sól: 1517.50 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), kiełbasa krakowska 70g ( <b>MIĘ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 60g, mix sałat 30g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), buraczki bez cukru 150g, kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), kompot owocowy bez cukru 250ml,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 60g, roszonek 15g, masło 5g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenne 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2003.96 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 65.55 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; Witamina C: 126.70 mg; Wapń: 511.12 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2103.59 ug; Błonnik pokarmowy: 30.73 g; suma cukrów prostych: 45.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.34 g; sól: 1165.79 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b>		
<b>Dieta: PŁYNNA WZMOCNIONA (D12)</b>		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> mus wielowarzywny 100g,	Płynna wzmocniona z bulionem, miesem wieprzowym i warzywami 450ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g,	Zupa koperkowa wzmocniona 450ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2050.29 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 91.07 g; Węglowodany ogółem: 237.28 g; Witamina C: 350.88 mg; Wapń: 1161.92 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5990.26 ug; Błonnik pokarmowy: 47.37 g; suma cukrów prostych: 59.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.72 g; sól: 1316.29 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b>		
<b>Dieta: PAPKOWATA (D11)</b>		
Zupa mleczna z kaszą wzmocniona 450ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml, <b>II Śniadanie:</b> mus wielowarzywny 100g,	Zupa brokułowa z ziemniakami zmięszana 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), gulasz wieprzowy zmielony 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g, buraczki zmięszane 150g, kompot owocowy bez cukru 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Kisiel 200g,	Zupa koperkowa zmięszana 250ml ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata owocowa 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2349.56 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 86.19 g; Węglowodany ogółem: 337.59 g; Witamina C: 538.25 mg; Wapń: 1326.85 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 7417.86 ug; Błonnik pokarmowy: 68.47 g; suma cukrów prostych: 86.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.80 g; sól: 988.99 mg;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Kuchnia SZPITAL KLINICZNY		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-11</b> <b>Dieta: BOGATOBIAŁKOWA (D07)</b>		
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 250ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajecznicą 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka wieprz. 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), bukiet jarzyn z wody 60g , mix sałat 30g , 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 brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU</b> ), buraczki bez cukru 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> kefir 200ml ( <b>BIA</b> ),	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka 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 owocowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2164.31 kcal; Białko ogółem: 101.71 g; Tłuszcz: 75.18 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; Witamina C: 124.58 mg; Wapń: 987.84 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2605.58 ug; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; suma cukrów prostych: 60.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.11 g; sól: 1289.24 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA POŁOŻNICZA (C01)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), jajecznicą 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), papryka świeża 60g , 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> jaglanka na mleku z jabłkiem i cynamonem 150ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), bitka wieprzowa 110g ( <b>MIĘ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), buraczki bez cukru 150g , kasza gryczana na sypko 250g , kompot owocowy bez cukru 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Kisiel z truskawką b/c 200g ,	Twaróg kostka 70g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 50g ( <b>MIĘ, DWU</b> ), Pomidor 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 owocowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2209.87 kcal; Białko ogółem: 121.10 g; Tłuszcz: 74.33 g; Węglowodany ogółem: 285.22 g; Witamina C: 187.83 mg; Wapń: 673.15 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1484.94 ug; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; suma cukrów prostych: 58.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.18 g; sól: 1179.66 mg;		
<b>poniedziałek 2026-05-11</b> <b>Dieta: PRZETARTA (D10)</b>		
jogurt naturalny 1szt ( <b>BIA</b> ), jajecznicą na parze 70g ( <b>JAJ</b> ), szynka drobiowa przetarta 50g ( <b>BIA, GLU, JAJ, MIĘ, SOJ, SEL, GOR</b> ), bukiet z warzyw zmiksowany 60g , masło 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie bz skórki 90g ( <b>GLU, JAJ, ZIA</b> ), herbata b/c 250ml ,	Zupa brokułowa z ziemniakami przetarta 350ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy zmiksowany 200g ( <b>GLU, MIĘ, SEL</b> ), puree ziemniaczane 250g , buraczki zmiksowane 150g , kompot owocowy bez cukru 250ml ,	twarożek 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> ), herbata owocowa 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> banan 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2095.48 kcal; Białko ogółem: 111.77 g; Tłuszcz: 72.76 g; Węglowodany ogółem: 291.27 g; Witamina C: 351.29 mg; Wapń: 905.44 mg; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4389.96 ug; Błonnik pokarmowy: 47.83 g; suma cukrów prostych: 47.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.71 g; sól: 2003.09 mg;		

Dietetyk

.....