

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-05-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Szywnka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Rzodkiewka 80g,	Zupa pieczarkowa 500ml ( <i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Pierogi leniwe z masłem 300g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Ser żółty 80g ( <i>MLE</i> ), Papryka 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2238.88 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 89.10 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 240.03 g; suma cukrów prostych: 61.14 g; Sód: 3199.03 mg; Błonnik pokarmowy: 17.20 g;		
<b>środa 2026-05-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Szywnka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Pierogi leniwe z masłem 300g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Serek owocowy 1szt/powidła 50 g 1Por ( <i>MLE</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2400.86 kcal; Białko ogółem: 110.15 g; Tłuszcz: 77.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 304.36 g; suma cukrów prostych: 93.85 g; Sód: 3877.19 mg; Błonnik pokarmowy: 21.29 g;		
<b>środa 2026-05-20 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Szywnka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Rzodkiewka 80g,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Pierogi leniwe z masłem 300g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Ser fromage 1szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g,
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g, Ser topiony 25g ( <i>MLE</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2517.61 kcal; Białko ogółem: 116.58 g; Tłuszcz: 79.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.79 g; Węglowodany ogółem: 303.46 g; suma cukrów prostych: 76.43 g; Sód: 4341.59 mg; Błonnik pokarmowy: 36.04 g;		
<b>środa 2026-05-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300ml ( <i>MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g, Szywnka konserwowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g,	Zupa z zielonego groszku 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Pierogi leniwe z masłem 300g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g ( <i>S02</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g, Serek owocowy 1szt/powidła 50 g 1Por ( <i>MLE</i> ),
<b>II Śniadanie:</b> Pieczywo 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g, Ser topiony 25g ( <i>MLE</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko pieczone 1szt,	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2452.76 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 74.28 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.70 g; Węglowodany ogółem: 315.55 g; suma cukrów prostych: 103.95 g; Sód: 4036.54 mg; Błonnik pokarmowy: 23.26 g;		

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por ( <i>MLE</i> ),	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba smażona morszczuk 90g ( <i>GLU, JAJ, RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Surówka z kapusty kiszzonej 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Jajko gotowane 2szt ( <i>JAJ</i> ), Ogórek zielony 80g,
	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2408.27 kcal; Białko ogółem: 87.28 g; Tłuszcz: 63.22 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 370.38 g; suma cukrów prostych: 69.81 g; Sód: 5849.35 mg; Błonnik pokarmowy: 29.44 g;

<b>piątek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por ( <i>MLE</i> ),	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Fasolka szparagowa 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Jajko gotowane 2szt ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 80g,
	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2091.80 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 54.03 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 305.70 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Sód: 5017.61 mg; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;

<b>piątek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Twaróg 80g ( <i>MLE</i> ), Rzodkiewka 80g,	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Fasolka szparagowa 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Jajko gotowane 2szt ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 80g,
<b>II Śniadanie:</b> Krakеры 40g ( <i>GLU</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2155.60 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 65.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 307.32 g; suma cukrów prostych: 69.32 g; Sód: 5288.71 mg; Błonnik pokarmowy: 33.98 g;

<b>piątek 2026-05-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g, Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por ( <i>MLE</i> ),	Krupnik 500g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i> ), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Fasolka szparagowa 150g, Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Pasta z białek jaj 70g ( <i>JAJ</i> ), Pomidor 80g,
<b>II Śniadanie:</b> Herbatniki bebe 1szt,	<b>Podwieczorek:</b> Jabłko 1szt,	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2386.56 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz: 63.05 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.01 g; Węglowodany ogółem: 358.21 g; suma cukrów prostych: 97.70 g; Sód: 5502.01 mg; Błonnik pokarmowy: 24.01 g;

Dietetyk

.....





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa golonkowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ogórek zielony 80g ,	Ziemniaczana 500g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Kaszotto chłopskie z kielbasą 350g ( <i>GLU, SOJ, SEL, GOR</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Paprykarz 100g ( <i>RYB, SOJ, SEL</i> ), Sałata 35g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2189.67 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 72.12 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 315.82 g; suma cukrów prostych: 58.00 g; Sód: 5334.02 mg; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;

<b>poniedziałek 2026-05-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Kaszotto z indykiem i warzywami 350g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2143.66 kcal; Białko ogółem: 121.27 g; Tłuszcz: 56.95 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.05 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; suma cukrów prostych: 81.86 g; Sód: 4327.82 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

<b>poniedziałek 2026-05-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ogórek zielony 80g ,	Ziemniaczana 500g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Kaszotto z indykiem i warzywami 350g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Serek granii 1szt/szynka gotowana 30g 1Por ( <i>MLE, GOR</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 150g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2215.96 kcal; Białko ogółem: 135.42 g; Tłuszcz: 61.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.60 g; Węglowodany ogółem: 295.20 g; suma cukrów prostych: 75.88 g; Sód: 4719.09 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

<b>poniedziałek 2026-05-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g ( <i>GLU, GOR</i> ), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 500g ( <i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Kaszotto z indykiem i warzywami 350g ( <i>GLU, SEL</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Powidla 50g/serek granii 1 szt 1Por ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 150g ,	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2072.76 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 57.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.94 g; Węglowodany ogółem: 296.28 g; suma cukrów prostych: 96.95 g; Sód: 4058.92 mg; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/ ser biały 30 g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Pomidor 50g ,	Koperkowa z makaronem 500g ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Filet smażony w sosie pieczeniowym 120g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Papryka konserwowa 50g ( <i>S02</i> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2428.74 kcal; Białko ogółem: 106.79 g; Tłuszcz: 62.69 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.65 g; Węglowodany ogółem: 366.10 g; suma cukrów prostych: 59.80 g; Sód: 5357.11 mg; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;		
<b>wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/ ser biały 30 g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Pomidor 50g ,	Koperkowa z makaronem 500g ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Filet gotowany w sosie koperkowym 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Salata 35g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2180.22 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 56.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 316.98 g; suma cukrów prostych: 57.36 g; Sód: 4843.79 mg; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;		
<b>wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1 szt/ ser biały 30 g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Koperkowa z makaronem 500g ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Filet gotowany w sosie koperkowym 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Salata 35g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Budyń b/c 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2369.52 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 63.38 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.99 g; Węglowodany ogółem: 355.62 g; suma cukrów prostych: 82.66 g; Sód: 4982.59 mg; Błonnik pokarmowy: 35.40 g;		
<b>wtorek 2026-05-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1 szt/ ser biały 30 g 1Por ( <i>JAJ, MLE</i> ), Pomidor 80g ,	Koperkowa z makaronem 500g ( <i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i> ), Filet gotowany w sosie koperkowym 90g ( <i>GLU, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka z cukinii, marchewki i jabłka 150g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Salata 35g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Budyń z cukrem 150ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2197.57 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 55.10 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.68 g; Węglowodany ogółem: 332.24 g; suma cukrów prostych: 88.53 g; Sód: 4635.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-05-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Salceson 80g ( <i>GLU, SOJ, GOR</i> ), Sałata 35g ,	Brokułowa 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2429.89 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 84.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.64 g; Węglowodany ogółem: 316.54 g; suma cukrów prostych: 51.45 g; Sód: 5439.07 mg; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;		
<b>środa 2026-05-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g ,	Brokułowa 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2051.71 kcal; Białko ogółem: 88.16 g; Tłuszcz: 60.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 269.75 g; suma cukrów prostych: 49.94 g; Sód: 5507.02 mg; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;		
<b>środa 2026-05-27 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g ,	Brokułowa 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Biskopty b/cukru 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2246.61 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 74.71 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; suma cukrów prostych: 58.74 g; Sód: 5639.62 mg; Błonnik pokarmowy: 34.80 g;		
<b>środa 2026-05-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g ,	Brokułowa 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i> ), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Biskopty 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2068.81 kcal; Białko ogółem: 87.52 g; Tłuszcz: 61.59 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 280.34 g; suma cukrów prostych: 74.50 g; Sód: 5252.02 mg; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-05-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por ( <i>MLE, S02</i> ), Papryka 80g,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Makaron z serem i sosem truskawkowym 400g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z marchwi i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Polędwica drobiowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ogórek zielony 80g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2226.20 kcal; Białko ogółem: 89.25 g; Tłuszcz: 54.69 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.61 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; suma cukrów prostych: 110.41 g; Sód: 4251.31 mg; Błonnik pokarmowy: 28.50 g;		
<b>czwartek 2026-05-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por ( <i>MLE, S02</i> ), Pomidor 80g,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Makaron z serem i sosem truskawkowym 400g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z marchwi i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Polędwica drobiowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2363.80 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 54.72 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 350.45 g; suma cukrów prostych: 108.19 g; Sód: 4529.46 mg; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;		
<b>czwartek 2026-05-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <i>GLU, MLE</i> ), Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Ser topiony 50g ( <i>MLE</i> ), Pomidor 80g,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Makaron z serem i sosem truskawkowym 400g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z marchwi i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Polędwica drobiowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Ogórek zielony 80g,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkoty b/cukru 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt naturalny 1szt ( <i>MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2546.60 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 72.12 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; suma cukrów prostych: 83.64 g; Sód: 4805.66 mg; Błonnik pokarmowy: 37.67 g;		
<b>czwartek 2026-05-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa b/ml 150ml ( <i>GLU, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por ( <i>MLE, S02</i> ), Pomidor 80g,	Zupa wielowarzywna 500ml ( <i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i> ), Makaron z serem i sosem truskawkowym 400g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Surówka z marchwi i jabłka 120g ( <i>MLE</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g, Polędwica drobiowa 80g ( <i>GLU, GOR</i> ), Sałata 35g,
<b>II Śniadanie:</b> Biszkoty 40g ( <i>GLU, JAJ</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy 1szt ( <i>MLE</i> ),	
<b>Wartości odżywcze:</b> Wartość energetyczna: 2276.30 kcal; Białko ogółem: 91.87 g; Tłuszcz: 53.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.75 g; Węglowodany ogółem: 355.51 g; suma cukrów prostych: 128.92 g; Sód: 4290.16 mg; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IXC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z ryby makreli 80g ( <i>JAJ, RYB</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Kotlet rybny 90g ( <i>GLU, JAJ, RYB</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z rzodkiewką 100g ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2280.22 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 83.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 285.75 g; suma cukrów prostych: 53.26 g; Sód: 5121.69 mg; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

<b>piątek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa diet 200g ( <i>JAJ, SEL</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Pulpet rybny w sosie pietruszkowym 90g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Ziemniaki 300g , Warzywa gotowane 150g ( <i>SEL</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 100g ( <i>MLE</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2288.86 kcal; Białko ogółem: 81.54 g; Tłuszcz: 67.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.85 g; Węglowodany ogółem: 333.71 g; suma cukrów prostych: 63.65 g; Sód: 5362.27 mg; Błonnik pokarmowy: 35.65 g;

<b>piątek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa diet 200g ( <i>JAJ, SEL</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Pulpet rybny w sosie pietruszkowym 90g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Ziemniaki 300g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg z zieleniną 100g ( <i>MLE</i> ),
<b>II Śniadanie:</b> Chleb razowy 50g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser żółty 20g ( <i>MLE</i> ),	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel b/c 150g ( <i>GLU</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2547.30 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 80.16 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.58 g; Węglowodany ogółem: 373.49 g; suma cukrów prostych: 71.64 g; Sód: 6615.22 mg; Błonnik pokarmowy: 43.83 g;

<b>piątek 2026-05-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu</b>		
Kawa z mlekiem 300ml ( <i>GLU, MLE, GOR</i> ), Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Sałatka jarzynowa diet 200g ( <i>JAJ, SEL</i> ), Pomidor 80g ,	Zupa z czerwonej soczewicy 500ml ( <i>SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Pulpet rybny w sosie pietruszkowym 90g ( <i>GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02</i> ), Ziemniaki 300g , Warzywa gotowane 150g ( <i>SEL</i> ), Napój owocowy 300g ( <i>S02</i> ),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g ( <i>GLU</i> ), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleniną 100g ( <i>MLE</i> ),
<b>II Śniadanie:</b> Jabłko pieczone 1szt ,	<b>Podwieczorek:</b> Kisiel owocowy 150g ( <i>GLU</i> ),	

**Wartości odżywcze:** Wartość energetyczna: 2156.31 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 55.17 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; suma cukrów prostych: 90.98 g; Sód: 5877.92 mg; Błonnik pokarmowy: 36.29 g;

Dietetyk

.....