

10.07.2025

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Filet duszony w sosie 200 g (1) Ryż parboiled 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 2 szt. Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2248 kcal, białko 110.96 g, węglowodany 272.30 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 85.67 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36,9 g, sól 6,1 g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor bez skórki 80g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet duszony w sosem 200g (1) (bez papryki) Ryż parboiled 140g Surówka z marchewki i jabłka na jogurcie 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Jajko na miękko (3) 2 szt. Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2208 kcal, białko 108.96 g, węglowodany 267.30 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 83.67 g, w tym nasycone 44 g, błonnik 33,9 g, sól 5,9 g

## Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet duszony w sosem 200g (1) (bez papryki) Ryż parboiled 140g Surówka z marchewki i jabłka na jogurcie 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Jajko na miękko (3) 2 szt. Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2208 kcal, białko 108,96 g, węglowodany 267,30 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 83,67 g, w tym nasycone 44 g, błonnik 33,9 g, sól 5,9 g

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor bez skórki 80g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Filet duszony w sosie 200g (1) (bez papryki) Ryż parboiled 140g Surówka z marchewki i jabłka na jogurcie 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Jajko na miękko (3) 2 szt. Ser żółty (1) 30 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2248 kcal, białko 108,96 g, węglowodany 267,30 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 83,67 g, w tym nasycone 40 g, błonnik 33,9 g, sól 5,9 g

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Szyunka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 80 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet duszony w sosie 200g (1) Ryż parboiled 200g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 2 szt. Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2248 kcal, białko 110.96 g, węglowodany 272.30 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 85.67 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36,9 g, sól 6,1 g

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Kleik ryżowy mleczny z masłem (7) 300g Jogurt naturalny (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet duszony w sosie 200g (1) (bez papryki) (zmielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Warzywa z wody (7) 100g (zblendowane) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Papka z kaszy manny na gęsto (1,7) 200 g z masłem (7) 20 g Jabłko duszone 150 g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Jogurt naturalny (7) 150g

Wartości odżywcze: 2198 kcal, białko 113.34 g, węglowodany 279.40 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 84.67 g, w tym nasycone 42 g, błonnik 30,9 g, sól 5,5 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 15g (7) Serek śmietankowy (7) 1 szt. Pomidor 80g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Gulasz z warzywami z dodatkiem ciecierzycy 200 g (1) Ryż parboiled 140g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 2 szt. Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150g

Wartości odżywcze: 2238 kcal, białko 105.93 g, węglowodany 257.35 g, w tym cukry 38 g, tłuszcz 91.87 g, w tym nasycone 43 g, błonnik 39,9 g, sól 6,0 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 80 g Pomidor 80g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml Filet duszony w sosie 200g (1) Ryż parboiled 140g Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 2 szt. Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2224 kcal, białko 108.96 g, węglowodany 272.30 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 83.45 g, w tym nasycone 45 g, błonnik 36,9 g, sól 6,0 g

11.07.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Ser twarogowy ze szczypiorkiem (7) 100g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Filet z miruny zapiekany w jarzynach (1,4,9) 220 g (w tym 120g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2158 kcal, białko 115,41 g, węglowodany 244,37 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86,76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Ser twarogowy ze szczypiorkiem (7) 100g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny zapiekany w jarzynach (1,4,7,9) 220 g (w tym 120g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 115,41 g, węglowodany 243,14 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86,76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Ser twarogowy ze szczypiorkiem (7) 100g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny zapiekany w jarzynach (1,4,7,9) 220 g (w tym 120g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Pomidor 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 115.41 g, węglowodany 243.14 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86.76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Ser twarogowy ze szczypiorkiem (7) 100g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Filet z miruny zapiekany w jarzynach (1,4,7,9) 220 g (w tym 120g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (1) 30 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 115.41 g, węglowodany 243.14 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 86.76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 33,4 g, sól 5,5 g

## Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Ser twarogowy ze szczypiorkiem (7) 100g Masło 20g (7) Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Filet z miruny zapiekany w jarzynach (1,4,7,9) 220 g (w tym 120g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ser żółty (7) 30 g Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2103 kcal, białko 113.45 g, węglowodany 233.34 g, w tym cukry 29,2 g, tłuszcz 86.76 g, w tym nasycone 38,1 g, błonnik 35,4 g, sól 5,5 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Papka śniadaniowa mleczno-kukurydziana (1,3,7) 300g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml (zblendowana) Gotowana ryba w lekkim sosie 220g Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z marchewki z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków (1,7) 200g Bułka kajzerka (1) 60 g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Herbatniki 50g (do maczania w mleku) Mleko 200 ml

Wartości odżywcze: 2101 kcal, białko 110.8 g, węglowodany 253.34 g, w tym cukry 32,2 g, tłuszcz 83.45 g, w tym nasycone 36.5 g, błonnik 31.3 g, sól 5,2 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Ser twarogowy ze szczypiorkiem (7) 100 g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Placki ziemniaczane z sosem pieczarkowym (1,6,7,9) 350g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Ser żółty (7) 70 g Dżem 50 g Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2163 kcal, białko 109.56 g, węglowodany 238.56 g, w tym cukry 31,34 g, tłuszcz 87.86 g, w tym nasycone 38,9 g, błonnik 36.2 g, sól 5,5 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka dębowa 80 g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ciecierzycą (9) 350ml Filet z miruny zapiekany w jarzynach (1,4,9) 220 g (w tym 120g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 80g Ogórek kiszony 100 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Herbatniki 50g

Wartości odżywcze: 2183 kcal, białko 109.45 g, węglowodany 239.37 g, w tym cukry 31.9 g, tłuszcz 85.12 g, w tym nasycone 37,3 g, błonnik 35,4 g,

12.07.2025

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Szynka dębową 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze:2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębową 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze:2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębowa 50 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze:2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (1) 30 g Sałata 20 g Masło 15g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze:2243 kcal, białko 117.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 87.89g, w tym nasycone 30.8 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

## Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Szyńka dębowa 80 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką ( 7, 9,) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Sałata 20 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2251 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 254.30 g, w tym cukry 33.5 g, tłuszcz 89.89g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 38.8g, sól 5,9g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Papka mleczna śniadaniowa z kaszą manną (1,3,7) 400g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Zupa pomidorowa z ryżem i natką ( 9,) 350 ml (zblendowana) Pierś z kurczaka gotowana 100g Ziemniaki z wody 200g (puree) Banan dojrzały 1 szt Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Kleik ryżowy (7,9) 200ml Chleb pszenny (1) 100g (moczony w mleku) Mleko (7) 200 ml Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2191 kcal, białko 113.82 g, węglowodany 256.90 g, w tym cukry 38.2 g, tłuszcz 87.84g, w tym nasycone 31.0 g, błonnik 34.8g, sól 5,9g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Ser żółty 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Kotlet z cieciorki (1,3) 130 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Serek wiejski (7) 150 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2223 kcal, białko 115.56 g, węglowodany 278.45 g, w tym cukry 37.3 g, tłuszcz 86.39g, w tym nasycone 30.8 g, błonnik 36.8g, sól 6,1g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Jajko na twardo (3) 1 szt. Szyńka dębowa 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z ryżem i natką (9) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i ogórkiem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szyńka dębowa 30 g

Wartości odżywcze: 2236 kcal, białko 118.82 g, węglowodany 258.90 g, w tym cukry 34.8 g, tłuszcz 87.45g, w tym nasycone 33.0 g, błonnik 36.8g, sól 6,0g

13.07.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.09 g, w tym nasycone 29.6 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 221.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.69 g, w tym nasycone 29.9 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 221.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.69 g, w tym nasycone 29.9 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Parówki na gorąco (1,9) 120 g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Ser żółty 50g Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 15 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2119 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 86.14 g, w tym nasycone 26.5 g, błonnik 33 g, sól 5,8 g

## Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.09 g, w tym nasycone 29.6 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Kleik ryżowy z dodatkiem oliwy (1,3,7) 300g Jogurt owocowy (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml  *Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Rosół z makaronem (1,3, 9 ) 350 ml (zblendowany) Kurczak gotowany w sosie (1,7,) 200 g (mielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Kaszotto z pomidorami – (1,7,) 200g Herbata bez cukru 300 ml  *Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2099 kcal, białko 109.42 g, węglowodany 232.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 89.09 g, w tym nasycone 29.6 g, błonnik 33 g, sól 6,1 g

### Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Pasta z fasoli z warzywami (4) 100 g Ser żółty (7) 50 g Papryka 80g Herbata bez cukru (7) 300ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Jajko sadzone 2 sztuki (3) 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 3 szt. Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2109 kcal, białko 118.48 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 31,8 g, tłuszcz 91.09 g, w tym nasycone 31.5 g, błonnik 33 g, sól 6,0 g

### Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Musztarda 20 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3,9) 350 ml Kurczak pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Tuńczyk w sosie własnym (4) 1 szt. Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 330ml

Wartości odżywcze: 2102 kcal, białko 109.42 g, węglowodany 227.90 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 87.09 g, w tym nasycone 28.9 g, błonnik 33 g, sól 5,3 g

14.07.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowo-wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 263.16 g, w tym cukry 42 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowo-wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Sałata 20 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 263.16 g, w tym cukry 42 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Pomidor 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowo-wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Sałata 20 g Masło 20g (7) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 263.16 g, w tym cukry 42 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Serek wiejski lekki (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowo-wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na miękko (3) 50g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2161 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 266.56 g, w tym cukry 42.5 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

## Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek kiszony 100 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowo-wieprzowym, warzywami i serem żółtym (1,3,7) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2147 kcal, białko 118.45 g, węglowodany 262.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 75.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka pszenna (1) 50 g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200 ml *Serek wiejski (7) 150g Dżem – 50g Banan dojrzały 1 szt Herbata bez cukru 300 ml  *Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9,) 350 ml (zblendowana) Papka mięsna obiadowa 400ml (1,3,7,9) Jabłko pieczone – 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Papka ryżowa z pieczonymi jabłkami (7) 300g Herbata bez cukru 300 ml  *Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2093 kcal, białko 109.45 g, węglowodany 254.16 g, w tym cukry 40 g, tłuszcz 73.16 g, w tym nasycone 31.5, błonnik 32.94 g, sól 4.49 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Ogórek kwaszony 100 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową ( 7, 9,) 350 ml Makaron spaghetti 180g (1) z sosem warzywnym z ciecierzycą i serem (7,9) 400 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2047 kcal, białko 109.45 g, węglowodany 258.46 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 73.16 g, w tym nasycone 30.5, błonnik 34.64 g, sól 4.65 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Margaryna bezmleczna 20g Szynka dębowa 80 g Ogórek kiszony 100 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Jarzynowa z fasolką szparagową ( 9,) 350 ml Makaron z sosem bolońskim z mięsem drobiowym, warzywami (1,3,) 420 g tj. 200g/210g/10g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Jajko na twardo (3) 50g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100 g

Wartości odżywcze: 2131 kcal, białko 108.45 g, węglowodany 256.56 g, w tym cukry 42.5 g, tłuszcz 74.16 g, w tym nasycone 31.0, błonnik 32.94 g, sól 4.5g

15.07.2025

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Szynka z indyka (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet duszony w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski (7) 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Szynka z indyka (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii</b>	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet duszony w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g (Sos bez dodatku śmietany) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Szyńka z indyka (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Filet duszony w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g (Sos bez dodatku śmietany) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski 150g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Szyńka z indyka (7,9,10) 80 g Masło 15g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Gulasz wegetariański 220g (1) Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g

Wartości odżywcze: 2109 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 73.45 g, w tym nasycone 28.32 g, błonnik 36.8 g, sól 4,7 g

## Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Szyńka z indyka (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami (7,9,) 350 ml Filet duszony w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g
Wartości odżywcze: 2147 kcal, białko 113.96 g węglowodany 265.25 g, w tym cukry 36.8 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 38.9 g, sól 4,7 g			

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Papka mleczna śniadaniowa z płatkami (1,3,7) 300g Jabłko pieczone – 100g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Zupa krem z brokuła (7,9) 350 ml Filet duszony w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 220g (mielona) Ziemniaki z wody 200g (puree) Buraczki z olejem (zblendowane) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Kaszotto z pomidorami (1,7,9,) 250g (zmielone) Jogurt owocowy (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Sok warzywny 330 ml

Wartości odżywcze: 2029 kcal, białko 105.96 g węglowodany 249.55 g, w tym cukry 41.5 g, tłuszcz 72.25 g, w tym nasycone 29.37 g, błonnik 32.8 g, sól 4,2 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku <b>(1, 7)</b> 250 ml Chleb żytni <b>(1)</b> 70g Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 30g Serek kiri <b>(7)</b> 2 szt. Masło 20g <b>(7)</b> Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami <b>(7, 9)</b> 350 ml Gulasz wegetariański <b>(1,)</b> 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni <b>(1)</b> 100 g Serek wiejski na słodko <b>(7)</b> 150g Ser żółty <b>(7)</b> 50 g Masło 20g <b>(7)</b> Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g

Wartości odżywcze: 2117 kcal, białko 107.75 g węglowodany 257.9 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 71.45 g, w tym nasycone 29.17 g, błonnik 38.8 g, sól 4,7 g

## Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni <b>(1)</b> 70g Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 30g Szyńka z indyka <b>(7,9,10)</b> 80 g Margaryna bezmleczna 20g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami <b>(9)</b> 350 ml Gulasz wegetariański <b>(1,)</b> 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni <b>(1)</b> 100 g Szyńka gotowana wędzona <b>(6,9)</b> 80 g Margaryna bezmleczna 20g Ogórek zielony 80g Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Wafle zbożowo-ryżowe 45g

Wartości odżywcze: 2129 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 75.25 g, w tym nasycone 27.83 g, błonnik 38.8 g, sól 4,7 g

16.07.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 30 g Masło 20g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 79.12 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 40g Masło 20g (7) Sałata 20 g Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Chleb pszenno- żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 77.32 g, w tym nasycone 28.57 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 40g Masło 20g (7) Sałata 20 g Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80g Herbata bez cukru (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Chleb pszenno- żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 77.32 g, w tym nasycone 28.57 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 15g (7) Szynka dębowa drobiowa 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 90 g Masło 15g (7) Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 77.32 g, w tym nasycone 28.57 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 30 g Masło 20g (7) Szyńka dębowa drobiowa 80g Ser żółty (7) 70 g Pomidor 80g Sałata 20 g Herbata bez cukru (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Masło 20g (7) Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 79.12 g, w tym nasycone 30.17 g, błonnik 42.80 g, sól 5,4 g

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka pszenna (1) 50 g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200 ml *Twaróg (7) 100g Dżem 50 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Ziemniaki z wody 200g (puree) Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (mielona) Ziemniaki z wody 200g (puree) Marchew gotowana (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Krem z białych warzyw (1,3,9) 350 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g (bez skórki- do maczania w zupie) Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2123 kcal, białko 98.5 g, węglowodany 302.54 g, w tym cukry 46.8 g, tłuszcz 81.43 g, w tym nasycone 28.31 g, błonnik 38.80 g, sól 5,4 g

### Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 30 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 70 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Kotleciki z kalafiora (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 50 g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni(1) 30 g Masło 10g (7) Ser żółty (7) 20 g

Wartości odżywcze: 2284 kcal, białko 103.00 g, węglowodany 290.43 g, w tym cukry 42.6 g, tłuszcz 74.12 g, w tym nasycone 28.17 g, błonnik 43.90 g, sól 5,4 g

### Dieta bezmleczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 20g Szyńka dębowa drobiowa 80g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Margaryna bezmleczna 20g Kiełbasa szynkowa dziadkowa 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i koperkiem (3,7, 9,) 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szyńka dębowa 30 g

Wartości odżywcze: 2300 kcal, białko 114.65 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 42.6 g, tłuszcz 77.12 g, w tym nasycone 28.97 g, błonnik 42.80 g, sól 5,1 g

### **Uwaga! Jadłospis może ulec zmianie.**

**\*Alergeny:** (\*1) zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne, (\*2) skorupiaki i produkty pochodne, (\*3) jaja i produkty pochodne, (\*4) ryby i produkty pochodne, (\*5) orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne, (\*6) soja i produkty pochodne, (\*7) mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

### **Informacje na temat diety dostępne u dietetyka oraz w kuchni**

opracowanie: mgr. Nikolinę Kmieć– dietetyk kliniczny, mgr inż. Jagoda Tarnowska

tel. 577 770 469

gmail: [nikolinakmiec@gmail.com](mailto:nikolinakmiec@gmail.com)

## **Alergeny występujące w żywności**

1. Ziarna zbóż zawierające **GLUTEN**, tzn. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz czy też pszenica kamut, a także ziarna odmian hybrydowych powyższych zbóż oraz produkty przygotowane na ich bazie
2. **SKORUPIAKI** i produkty pochodne
3. **JAJA** i produkty pochodne;
4. **RYBY** i produkty pochodne
5. **ORZESZKI ZIEMNE** (arachidowe) i produkty pochodne
6. **SOJA** i produkty pochodne
7. **MLEKO** i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. **ORZECHY** tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illino inensis*), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje / orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia (*Macadamia*) lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego
9. **SELER** i produkty pochodne
10. **GORCZYCA** i produkty pochodne
11. **NASIONA SEZAMU** i produkty pochodne
12. **DWUTLENEK SIARKI** i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. **ŁUBIN** i produkty pochodne