

11.09.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Kasza manna na mleku 250 ml <b>(1, 7)</b> Chleb żytni <b>(1)</b> 70g Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 30g Masło 20g <b>(7)</b> Jajko na twardo <b>(3)</b> 1 sztuka Szynka dębowa 50 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 7, 9, 10)</b> 350 ml Udzik z kurczaka pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni <b>(1)</b> 100 g Pasta z makreli z warzywami <b>(4)</b> 120 g Serek kiri <b>(7)</b> 2 szt. Ogórek kiszony 100 g Masło 20g <b>(7)</b> Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2246 kcal, białko 122.94 g, węglowodany 259.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 88.56 g, w tym nasycone 33.36 g, błonnik 32.61 g, sól 5.40 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Kasza manna na mleku 250 ml <b>(1, 7)</b> Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 100g Masło 20g <b>(7)</b> Jajko na miękko <b>(3)</b> 1 sztuka Szynka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 7, 9, 10)</b> 350 ml Kurczak gotowany w sosie 250g <b>(1)</b> Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka duszona na maśle 100g <b>(7)</b> Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 100 g Pasta z tuńczyka z warzywami <b>(4)</b> 120 g Serek kiri <b>(7)</b> 2 szt. Pomidor bez skórki 80 g Masło 20g <b>(7)</b> Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2246 kcal, białko 122.94 g, węglowodany 259.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 88.56 g, w tym nasycone 33.36 g, błonnik 32.61 g, sól 5.40 g

## Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml <b>(1, 7)</b> Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 100g Masło 20g <b>(7)</b> Jajko na miękko <b>(3)</b> 1 sztuka Szyńka dębowa 50 g Pomidor bez skórki 80 g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 7, 9, 10)</b> 350 ml Kurczak gotowany w sosie 250g <b>(1)</b> Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka duszona na maśle 100g <b>(7)</b> Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 100 g Pasta z tuńczyka z warzywami <b>(4)</b> 120 g Serek kiri <b>(7)</b> 2 szt. Masło 20g <b>(7)</b> Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2246 kcal, białko 122.94 g, węglowodany 259.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 88.56 g, w tym nasycone 33.36 g, błonnik 32.61 g, sól 5.40 g

## 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 <b>(1, 7)</b> Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 100g Masło 15g <b>(7)</b> Jajko na miękko <b>(3)</b> 1 sztuka Szyńka dębowa 50 g Pomidor 80g Jabłko pieczone 100 g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 7, 9, 10)</b> 350 ml Kurczak gotowany w sosie 250g <b>(1)</b> Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka duszona na maśle 100g <b>(7)</b> Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 100 g Pasta z tuńczyka z warzywami <b>(4)</b> 120 g Pomidor bez skórki 80 g Masło 15g <b>(7)</b> Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2234 kcal, białko 122.94 g, węglowodany 259.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 60,50 g, w tym nasycone 16,7 g, błonnik 32.61 g, sól 5.40 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) Jajko na twardo (3) 1 sztuka Szyunka dębowa 50 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml Udźzik z kurczaka pieczony 200g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta z makreli z warzywami (4) 120 g Serek kiri (7) 2 szt. Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2246 kcal, białko 122.94 g, węglowodany 259.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 88.56 g, w tym nasycone 33.36 g, błonnik 32.61 g, sól 5.40 g

### Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Papka mleczna śniadaniowa z kaszą manną (1,3,7) 300g Mus z jabłka 80g Herbata 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml (zblendowana) Kurczak gotowany w sosie 250g (1) Ziemniaki z wody 200g (puree) Marchewka duszona na maśle 100g (7) (zblendowana) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Papka z ryżu na sypko z tuńczykiem i warzywami 300 g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Ciasteczko miękkie 50g (do maczania w mleku) Mleko (7) 200 ml

Wartości odżywcze: 2186 kcal, białko 102.84 g, węglowodany 249.49 g, w tym cukry 43 g, tłuszcz 86.76 g, w tym nasycone 29.14 g, błonnik 27.61 g, sól 3.90 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Kasza manna na mleku 250 ml <b>(1, 7)</b> Chleb żytni <b>(1)</b> 70g Chleb pszenno-żytni <b>(1)</b> 30g Masło 20g <b>(7)</b> Jajko na twardo <b>(3)</b> 1 sztuka Ser żółty 50 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 7, 9, 10)</b> 350 ml Wegetariańskie kaszotto z fasolką szparagową, cukinią i tofu <b>(1,9)</b> 350g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni <b>(1)</b> 100 g Serek kiri <b>(7)</b> 3 szt. Ogórek kiszony 100 g Papryka 80g Masło 20g <b>(7)</b> Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2231 kcal, białko 123.4 g, węglowodany 247.46 g, w tym cukry 40 g, tłuszcz 86.63 g, w tym nasycone 31.46 g, błonnik 34.61 g, sól 5.0 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 Margaryna bezmleczna 20g Jajko na twardo <b>(3)</b> 1 sztuka Szyńka dębowa 50 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką <b>(3, 6, 9, 10)</b> 350 ml Udzik z kurczaka pieczony 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni <b>(1)</b> 100 g Pasta z tuńczyka z warzywami <b>(4)</b> 120g Margaryna bezmleczna 20g Ogórek kiszony 100 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie 50g

Wartości odżywcze: 2243 kcal, białko 121.32g, węglowodany 259.46 g, w tym cukry 41 g, tłuszcz 88.56 g, w tym nasycone 31.56 g, błonnik 32.61 g, sól 5.

12.09.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
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 Pomidor 80 g Sałata 20 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorą, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml Filet z miruny panierowany smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 140 g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Sałatka brokułowa z jajkiem majonezem i jogurtem (3,6,7,9,10) 150g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2245 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 57,56g, w tym nasycone 15,4 g, błonnik 40.1 g, sól 5,3 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Ser twarogowy (7) 100 g Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Krupnik z marchewką, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml Filet z miruny z pieca (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta brokułowa z jajkiem z jogurtem (3,7,9,) 150g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2245 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 74.34g, w tym nasycone 31.2 g, błonnik 40.1 g, sól 5,3 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Ser twarogowy (7) 100 g Pomidor 80g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z marchewką, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml Filet z miruny z pieca (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta brokułowa z jajkiem z jogurtem (3,7,9,) 150g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2245 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 74.34g, w tym nasycone 31.2 g, błonnik 40.1 g, sól 5,3 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów nasyconych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Ryż na mleku (7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Ser twarogowy (7) 100 g Pomidor bez skórki 80g Sałata 20 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z marchewką, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml Filet z miruny z pieca (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta brokułowa z jajkiem z jogurtem (3,7,9,) 150g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 60 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2237 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 305.47 g g, w tym cukry 35 g, tłuszcz 58,98g, w tym nasycone 15,6 g, błonnik 39.1 g, sól 5,1 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) 100 g Masło 20g (7) Pomidor 80 g Sałata 20 g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorą, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml *Filet z miruny panierowany smażony (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Sałatka brokułowa z jajkiem majonezem i jogurtem (3,6,7,9,10) 150g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2245 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 298.17 g g, w tym cukry 29.5 g, tłuszcz 75.81g, w tym nasycone 32 g, błonnik 40.1 g, sól 5,3 g

\* Filet z miruny panierowany w mące pełnoziarnistej

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Kleik ryżowy mleczny z maselkiem (7) 300g Jogurt owocowy (7) 150g Dżem 25 g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Krupnik z marchewką, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml (zblendowany) Filet z miruny z pieca (1, 4) z gotowanymi warzywami 250 g Ziemniaki z wody 200g (puree) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	*Papka z kaszą i brokułem – (1,7,) 350g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku - 1 saszetka	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2198 kcal, białko 108.34 g, węglowodany 289.40 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 82.67 g, w tym nasycone 37 g, błonnik 25,9 g, sól 3.9 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 Pomidor 80 g Sałata 20 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorką, kaszą i natką (1, 6,7, 9,) 350 ml Kotleciki ziemniaczane z serem i pieczarkami (1,3,7,) 350g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Sałatka brokułowa z jajkiem majonezem i jogurtem (3,6,7,9,10) 150g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2235 kcal, białko 104.76 g, węglowodany 301.87 g g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 76.67g, w tym nasycone 31 g, błonnik 40.1 g, sól 5,3 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 Pomidor 80 g Sałata 20 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorką, kaszą i natką (1, 6, 9,) 350 ml Filet z miruny z pieca (1,4) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kwaszonej kapusty z marchewką 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Sałatka brokułowa z jajkiem i majonezem (3,9,10) 150g Baton szynkowo-drobiowy 30g Margaryna bezmleczna 20g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Sok pomidorowy 300 ml

Wartości odżywcze: 2240 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g g, w tym cukry 35 g, tłuszcz 74.78 g, w tym nasycone 29.8 g, błonnik 40.1 g, sól 5,3 g

13.09.2025

### Dieta podstawowa

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Kurczak gotowany (7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Masło 20g (7) Papryka 80 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką (1,3, 7, 9,) 350 ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g *Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru 20g

Wartości odżywcze: 2257 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 89..87 g g, w tym nasycone 41.2 g, błonnik 34.05 g, sól 5,5 g

\*W dniu 13.09. zmiana w jadłospisie - jajko ugotowane na twardo/miękko 2 szt.

### Dieta łatwostrawna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9) 350ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g *Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru 20g

Wartości odżywcze: 2257 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 89..87 g g, w tym nasycone 41.2 g, błonnik 34.05 g, sól 5,5 g

### Dieta oddział internistyczno-kardiologiczny

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20 g (7) Kurczak gotowany (7,9,10) 50 g Serek wiejski lekki (7) 150g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9) 350ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g *Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Masło 20 g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru 20g

Wartości odżywcze: 2233 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 87.87 g, w tym nasycone 38.2 g, błonnik 32.05 g, sól 5,5 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) Kurczak gotowany (7,9,10) 50 g Serek wiejski lekki (7) 150g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9) 350ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g *Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Masło 10 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru 20g

Wartości odżywcze: 2233 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 65,67 g, w tym nasycone 18,4 g, błonnik 32.05 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 Masło 20g (7) Kurczak gotowany (7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Papryka 80g Jabłko 150 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką (1,3, 7, 9,) 350 ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g *Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (3,7) Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus warzywno-owocowy 100 ml

Wartości odżywcze: 2200 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 300.17 g g, w tym cukry 30 g, tłuszcz 89..87 g g, w tym nasycone 41.2 g, błonnik 35.05 g, sól 5,5 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Papka mleczna śniadaniowa na płatkach owsianych (1,3,7) 300ml Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9) 350ml (zblendowana) Pulpet gotowany (1,3) 220 g (zmielone) Ziemniaki z wody 200g (puree) Surówka z buraczków z jabłkiem 100g (zblendowane) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g (zblendowany) *Pasta jajeczno twarogowa z pomidorami (3,7) 200g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru 20g (do maczania w mleku 200 ml)

Wartości odżywcze: 2057 kcal, białko 98.76 g, węglowodany 300.17 g g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 87.76 g g, w tym nasycone 41.2 g, błonnik 30.05 g, sól 4.6 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 śmietankowy (7) 1 szt. Papryką 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką (1,3, 7, 9,) 350 ml Wegańskie kotlety mielone z fasoli i pieczarek (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 1 sztuka Pasta twarogowo-pomidorowa (7) 100g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru 20g

Wartości odżywcze: 2207 kcal, białko 103.76 g, węglowodany 302.17 g g, w tym cukry 32 g, tłuszcz 92.87 g, w tym nasycone 43.2 g, błonnik 36.05 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 Kurczak gotowany (9,10) 50 g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką (1,3,9,) 350 ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g *Pasta jajeczna z majonezem i koperkiem 100g (3,7, 10) Baton szynkowo-drobiowy (1,10) 50 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Mus warzywno-owocowy 100 ml

Wartości odżywcze: 2247 kcal, białko 109.76 g, węglowodany 302.17 g g, w tym cukry 34 g, tłuszcz 87.87 g g, w tym nasycone 39.2 g, błonnik 34.05 g, sól 5,5 g

14.09.2025

**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) 120g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 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) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka fit (1,6,7) 50 g Jabłko 1 szt. ok. 150 g

Wartości odżywcze: 2249 kcal, białko 111.76 g, węglowodany 257.47 g g, w tym cukry 42 g, tłuszcz 91.45 g g, w tym nasycone 39.2 g, błonnik 29.05 g, sól 6,9 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) 120g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml  <b>Oddział pediatrii*</b>	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100g 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	Ciasteczka fit (1,6,7) 50g Jabłko pieczone 150g

Wartości odżywcze: 2240 kcal, białko 108.76 g, węglowodany 261.53 g g, w tym cukry 40 g, tłuszcz 91.45 g g, w tym nasycone 39.2 g, błonnik 28.5 g, sól 6,0 g

## Dieta internistyczno-kardiologiczna

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) 120g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka fit (1,6,7) 50g Jabłko pieczone 150g

Wartości odżywcze: 2240 kcal, białko 108.76 g, węglowodany 261.53 g g, w tym cukry 40 g, tłuszcz 91.45 g g, w tym nasycone 39.2 g, błonnik 28.5 g, sól 6,0 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) Parówki na gorąco (1,9) 120 g Musztarda 20 g Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9 ) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki (1,3) 150 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 Ser żółty 50g Szynka dębowa drobiowa 50g Masło 10 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g Jabłko pieczone 150g

Wartości odżywcze: 2235 kcal, białko 110.6 g, węglowodany 261.53 g g, w tym cukry 40 g, tłuszcz 66,11 g g, w tym nasycone 18,7 g, błonnik 28.5 g, sól 6,0 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) 120g Musztarda 20g Ser żółty (7) 50g Sałata 20g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki (1,3) 150g Ziemniaki z koperkiem 200g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Serek kiri (7) 2 szt. Szyńka dębowa drobiowa 50g Masło 10g (7) Sałata 20g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150g Jabłko 1 szt. ok. 150g

Wartości odżywcze: 2249 kcal, białko 110.76 g, węglowodany 258.53 g g, w tym cukry 38 g, tłuszcz 91.45 g g, w tym nasycone 39.2 g, błonnik 28.5 g, sól 6,0 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Kleik ryżowy z dodatkiem twarożku (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	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml (zblendowany) Kurczak gotowany w sosie (1,7,) 200g (zmielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z kalafiora z masłem (7) 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	Ciasteczka fit (1,6,7) 50g (do maczania w mleku)  Mleko (7) 200 ml

Wartości odżywcze: 2159 kcal, białko 102.34 g, węglowodany 243.53 g g, w tym cukry 38 g, tłuszcz 87.25 g g, w tym nasycone 37.2 g, błonnik 23.5 g, sól 4.5 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 Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Jajko sadzone 2 sztuki (3) 100g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizzeria z sałata i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 m	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Masło 10g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka fit (1,6,7) 50 g Jabłko 1 szt. ok. 150 g

Wartości odżywcze: 2209 kcal, białko 108.76 g, węglowodany 245.53 g, w tym cukry 35 g, tłuszcz 90.45 g, w tym nasycone 39.2 g, błonnik 30.5 g, sól 5,0 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) 120g Musztarda 20 g Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Rosół z makaronem i natką (1,3,9) 350 ml Kotlet schabowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafior gotowany 100 g 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 Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko 1 szt. ok. 150 g

Wartości odżywcze: 2240 kcal, białko 110.76 g, węglowodany 258.53 g, w tym cukry 38 g, tłuszcz 90.2 g, w tym nasycone 37.2 g, błonnik 28.5 g, sól 6,0 g

15.09.2025

**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 z owocami (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Ogórek zielony 80g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml Pulpety drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym (1,3,7,9) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z białej kapusty z marchewką i czerwoną cebulą 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Kielbasa szynkowa drobiowa 50g Ser żółty 30 g Pomidor 120g Masło (7) 20g Herbata bez cukru 300 ml	Podplomyki bez cukru 72g

Wartości odżywcze: 2310 kcal, białko 111.97 g, węglowodany 285.47 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 90.2 g, w tym nasycone 33.39 g, błonnik 37.46 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>
Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Serek wiejski z owocami (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml Pulpety drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym (1,3,7,9) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z marchewki i pietruszki skropiona olejem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Pomidor bez skóry 120 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Banan 1 sztuka

Wartości odżywcze: 2310 kcal, białko 111.97 g, węglowodany 285.47 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 90.2 g, w tym nasycone 33.39 g, błonnik 39.0 g, sól 5,5 g

### Dieta internistyczno-kardiologiczna

<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) 100 g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml Pulpety drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym (1,3,7,9) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z marchewki i pietruszki skropiona olejem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Pomidor 120g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Grejpfrut ½ sztuki

Wartości odżywcze: 2310 kcal, białko 110.97 g, węglowodany 280.47 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 90.2 g, w tym nasycone 33.39 g, błonnik 39.36 g, sól 5,0 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

<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 15g (7) Serek wiejski lekki (7) 150 g Szynka dębowa 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml Pulpety drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym (1,3,7,9) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z marchewki i pietruszki skropiona olejem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Pomidor bez skóry 120 g Masło 15g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Podpłomyki bez cukru 72g

Wartości odżywcze: 2300 kcal, białko 111.97 g, węglowodany 285.47 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 61,89 g, w tym nasycone 16,3 g, błonnik 37.40 g, sól 5,0 g

## Dieta łatwostrawna 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 zielony 80 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml Pulpety drobiowo-wieprzowe duszone w sosie koperkowym (1,3,7,9) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z białej kapusty z marchewką i czerwoną cebulą 100g 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 Pomidor 120g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Grejpfrut ½ sztuki

Wartości odżywcze: 2310 kcal, białko 110.97 g, węglowodany 280.47 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 90.2 g, w tym nasycone 33.39 g, błonnik 39.36 g, sól 5,0 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) 200g *Serek wiejski (7) 150g Dżem – 50g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml (zblendowany) Pulpet gotowany w sosie pomidorowo-koperkowym (1,3) 120/80 g Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z marchewki z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g (zblendowany) *Pasta twarogowo-jajeczna (3), (7) 150g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Banan 120 g

Wartości odżywcze: 2150 kcal, białko 101.73 g, węglowodany 274.67 g, w tym cukry 37 g, tłuszcz 87.6 g, w tym nasycone 30.39 g, błonnik 25.46 g, sól 3.9 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 z owocami (7) 150 g Ogórek zielony 80 g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (7,9) 350ml Placuszki z cukinii, marchewki i ziemniaków (1,3) 300g Surówka z białej kapusty z marchewką i czerwoną cebulą 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Ser żółty (7) 60 g Pomidor 120 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Podpłomyki bez cukru 72g

Wartości odżywcze: 2270 kcal, białko 108.97 g, węglowodany 275.34 g, w tym cukry 36 g, tłuszcz 87.2 g, w tym nasycone 30.39 g, błonnik 35.46 g, sól 5,0 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 Szynka dębowa 80 g Ogórek zielony 80 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (9,) 350ml Pulpety drobiowo-warzywne duszone w sosie pomidorowym (9,) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z białej kapusty z marchewką i czerwoną cebulą 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kiełbasa szynkowa drobiowa (1,6,9,10) 70g Pomidor 120 g Margaryna bezmleczna 20g Herbata bez cukru 300 ml	Podpłomyki bez cukru 72g

Wartości odżywcze: 2990 kcal, białko 111.97 g, węglowodany 285.47 g, w tym cukry 39 g, tłuszcz 89.6 g, w tym nasycone 32.39 g, błonnik 37.46 g, sól 5,5 g

16.09.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Schab duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem na odrobinie masła (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2346 kcal, białko 117.03 g, węglowodany 281.97 g, w tym cukry 29.8 g, tłuszcz 91.20 g, w tym nasycone 37.79 g, błonnik 42.56 g, sól 5,38 g

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Schab duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2343 kcal, białko 117.03 g, węglowodany 281.17 g, w tym cukry 29.2 g, tłuszcz 91.20 g, w tym nasycone 37.79 g, błonnik 42.56 g, sól 5,38 g

### Dieta internistyczno-kardiologiczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Schab duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2343 kcal, białko 117.03 g, węglowodany 281.17 g, w tym cukry 29.2 g, tłuszcz 91.20 g, w tym nasycone 37.79 g, błonnik 42.56 g, sól 5,38 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczów

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 15g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Schab duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem gotowana (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 15g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2339 kcal, białko 117.03 g, węglowodany 281.17 g, w tym cukry 29.2 g, tłuszcz 60,52 g, w tym nasycone 16,1 g, błonnik 42.56 g, sól 5,38 g

## Dieta łatwostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 100g Kurczak gotowany (7,9,10) 80 g Masło 20g (7) Ser żółty (7) 50 g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Schab duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt naturalny (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2343 kcal, białko 117.93 g, węglowodany 276.3 g, w tym cukry 25.0 g, tłuszcz 91.20 g, w tym nasycone 37.79 g, błonnik 42.56 g, sól 5,38 g

## Dieta papkowata

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
*Papka mleczna śniadaniowa na kaszy jaglanej (1,3,7) 300g Mus owocowy 100g Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami (7, 9,) 350 ml (zblendowana) Pierś duszona w sosie naturalnym (1,9) 200 g (mielona) Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z marchewki i groszkiem z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g (zblendowany) Papka z pastą warzywno-mięsną 200 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2253 kcal, białko 107.03 g, węglowodany 283.17 g, w tym cukry 35.6 g, tłuszcz 87.20 g, w tym nasycone 34.79 g, błonnik 22.56 g, sól 3.6 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Serek kiri (7) 2 szt. Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami (7, 9,) 350 ml Kotlet z ciecioriki (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywna z ciecierzycą (9) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jogurt owocowy (7) 150 g

Wartości odżywcze: 2335 kcal, białko 115.03 g, węglowodany 278.67 g, w tym cukry 29.2 g, tłuszcz 99.20 g, w tym nasycone 35.79 g, błonnik 41.56 g, sól 5,0 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 Kurczak gotowany (9,10) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa z kolorowej fasolki szparagowej z ziemniakami (9) 350 ml Schab duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka z groszkiem gotowana (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 100g Szynka dębowa 50 g Margaryna bezmleczna 20g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g Szynka dębowa 30 g

Wartości odżywcze: 2356 kcal, białko 117.03 g, węglowodany 296.17 g, w tym cukry 29.2 g, tłuszcz 89.7 g, w tym nasycone 35.39 g, błonnik 42.56 g, sól 5,38 g

17.09.2025

**Dieta podstawowa**

<b>Śniadanie 8.00</b>	<b>Obiad 13.00</b>	<b>Kolacja 17.00</b>	<b>II Kolacja 20.00</b>
Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 30 g Masło 20g (7) Szyunka z indyka (1,6,7,9,10) 50g Serek kiri (7) 3 szt. Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (3,7,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek z piersią z kurczaka duszony z warzywami (cukinia, cieciora, pomidor, papryka, cebula) (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2265 kcal, białko 108.01 g, węglowodany 294.11 g, w tym cukry 43.2 g, tłuszcz 89.7 g, w tym nasycone 16.94 g, błonnik 30.17 g, sól 2.95 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 owsiane błyskawiczne na mleku (1,7) 250ml Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Synka z indyka (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (3,7,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek z piersią z kurczaka duszony z warzywami (cukinia, pomidor bez skóry) (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2265 kcal, białko 108.01 g, węglowodany 294.11 g, w tym cukry 43.8 g, tłuszcz 89.7 g, w tym nasycone 16.94 g, błonnik 28.17 g, sól 2.95 g

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane błyskawiczne na mleku (1,7) 250ml Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 15g (7) Szyńka z indyka (1,6,7,9,10) 70g Ser żółty (7) 50 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (1,3,7,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek z piersią z kurczaka duszony z warzywami (cukinia, pomidor bez skóry) (1,9) 100g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 15g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2245 kcal, białko 108.01 g, węglowodany 294.11 g, w tym cukry 43.8 g, tłuszcz 57,7 g, w tym nasycone 15.24 g, błonnik 28.17 g, sól 2.95 g

### Dieta kardiologiczno-internistyczna

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml Bułka pszenna (1) 50 g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 15g (7) Szyńka z indyka (1,6,7,9,10) 70g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (1,3,7,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek z piersią z kurczaka duszony z warzywami (cukinia, pomidor) (1,9) 100g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 15g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2245 kcal, białko 108.01 g, węglowodany 294.11 g, w tym cukry 43.8 g, tłuszcz 87.2 g, w tym nasycone 15.24 g, błonnik 28.17 g, sól 2.95 g

### Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb żytni (1) 30g Bułka grahamka (1) 60g- 1 sztuka Masło 20g (7) Szyunka z indyka (1,6,7,9,10) 50g Serek kiri (7) 3 szt. Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (1,3,7,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek z piersią z kurczaka duszony z warzywami (cukinia, cieciora, pomidor, papryka, cebula) (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski lekki (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2256 kcal, białko 108.05 g, węglowodany 296.11 g, w tym cukry 40.8 g, tłuszcz 83.7 g, w tym nasycone 15.94 g, błonnik 32.57 g, sól 2.95 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 Pasta twarogowa z pomidorem (7) 100g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (1,3,7,9) 300/25g-0,5 szt (zblendowana) Papka mięsna obiadowa 400ml (1,3,7,9) Jabłko pieczone 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków (1,7) 200g Papka z twarożkami na słodko 250 g Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2155 kcal, białko 99.01 g, węglowodany 284.31 g, w tym cukry 39.8 g, tłuszcz 86.7 g, w tym nasycone 16.04 g, błonnik 24.17 g, sól 2.95 g

## Dieta wegetariańska

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Płatki owsiane na mleku (1,7) 250ml Bułka grahamka (1) 60 g Chleb żytni (1) 30 g Masło 20g (7) Serek kiri (7) 3 szt. Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (1,3,7,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek duszony z warzywami (cukinia, cieciora, pomidor, papryka, cebula) (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski na słodko na słodko (7) 150g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2285 kcal, białko 105.89 g, węglowodany 300-11 g, w tym cukry 43.8 g, tłuszcz 94.7 g, w tym nasycone 21.64 g, błonnik 34.17 g, sól 2.45 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 z indyka (1,6,7,9,10) 80g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Zupa szpinakowa z jajkiem i ziemniakami (1,3,9) 300/25g-0,5 szt Kolorowy kociołek z pierśią z kurczaka duszony z warzywami (cukinia, cieciora, pomidor, papryka, cebula) (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,9,10) 80g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml	Sok warzywny 300 ml

Wartości odżywcze: 2205 kcal, białko 108.01 g, węglowodany 292.45 g, w tym cukry 43.2 g, tłuszcz 89.1 g, w tym nasycone 15.0 g, błonnik 30.17 g, sól 2.95 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 laktosą), (\*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