

11.12.2025

Dieta podstawowa

| 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 Masło 20g (7) Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami (7,9) 350ml Filet drobiowy duszony w sosie 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 Galareta drobiowa 150 g 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 |
|--|--|---|-------------------------------|
| Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml 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 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii* | Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet drobiowy duszony w sosie z warzywami 200 g (1) Ryż parboiled 140g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150g Serek wiejski lekki 150 g (7) 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 |
|--|--|--|-------------------------------|
| Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml 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 80g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet drobiowy duszony w sosie z warzywami 200 g (1) Ryż parboiled 140g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150g Serek wiejski lekki 150 g (7) 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 |
|---|--|---|-------------------------------|
| Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 50 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor bez skórki 80g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Zupa grysikowa z oliwą (9) 350ml Filet drobiowy duszony w sosie z warzywami 200 g (1) Ryż parboiled 140g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 150g Serek wiejski lekki 150 g (7) Masło 10g (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 62,47 g, w tym nasycone 17 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) Szyńka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 80 g Serek śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami (7,9) 350ml Filet drobiowy 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 Galareta drobiowa 150g 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 |
|---|---|--|------------------------------|
| *Papka mleczna śniadaniowa na kaszy jaglanej (1,3,7) 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 drobiowy duszony w sosie z warzywami 200 g (1) (zmielony) Ziemniaki z wody 200g (puree) 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 |
|---|---|---|------------------------------|
| Jaglanka na mleku (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 15g (7) Serek śmietankowy (7) 1 szt. Pomidor 80g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami (7,9) 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 2 szt. (3) 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 Szynka delikatesowa z kurcząt (1,6,7,9,10) 80 g Pomidor 80g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Zupa ogórkowa z ziemniakami (9) 350ml (bez śmietany) Filet drobiowy duszony w sosie z warzywami 200 g (1) Ryż parboiled 140g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100 g Galareta drobiowa 200g 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

12.12.2025

Dieta podstawowa

| Śniadanie 8.00 | Obiad 13.00 | Kolacja 17.00 | II Kolacja 20.00 |
|--|---|--|----------------------------------|
| Płatki kukurydziane na mleku (1,7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Pasta twarogowa z natką pietruszki 100g (7) Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml | Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Kotleciki rybne z pieca z jarzynami (1,3,4,9) 200 g (w tym 100g 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 (1,3,6,7,8,11) 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

| 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) Pasta twarogowa z natką pietruszki (7) 100g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii* | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Kotleciki rybne z pieca z jarzynami w sosie koperkowym (1,3,4,9) 220 g (w tym 100g 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 Serek kiri (7) 2 szt. Pomidor bez skórki 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml | Herbatniki (1,3,6,7,8,11) 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) Pasta twarogowa z natką pietruszki (7) 100g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Kotleciki rybne z pieca z jarzynami w sosie koperkowym (1,3,4,9) 220 g (w tym 100g 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 Serek kiri (7) 2 szt. Pomidor 80 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml | Herbatniki (1,3,6,7,8,11) 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) Pasta twarogowa z natką pietruszki(7) 100g Pomidor bez skórki 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml | Barszcz czerwony z ziemniakami (bez ciecierzycy) (7,9) 350ml Kotleciki rybne z pieca z jarzynami w sosie koperkowym (1,3,4,9) 220 g (w tym 100g 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 Serek kiri (1) 2 szt. Pomidor bez skórki 80 g Masło 10g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml | Herbatniki (1,3,6,7,8,11) 50g |

Wartości odżywcze: 2153 kcal, białko 115,41 g, węglowodany 243,14 g, w tym cukry 33,2 g, tłuszcz 60,78 g, w tym nasycone 16,8 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 Pasta twarogowa z natką pietruszki (7) 100g Masło 20g (7) Ogórek zielony 80g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Barszcz czerwony z ciecierzycą (7,9) 350ml Kotleciki rybne z pieca z jarzynami (1,3,4,9) 200 g (w tym 100g 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 Serek kiri (7) 2 szt. Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml | Herbatniki (1,3,6,7,8,11) 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 (1,3,6,7,8,11) 50g (do maczania w mleku) Mleko (7) 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) Pasta twarogowa z natką pietruszki 100g (7) 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) 50 g Ogórek kiszony 100 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml Banan 1 szt. | Herbatniki (1,3,6,7,8,11) 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 (1,6,7,9,10) 80 g Ogórek zielony 80g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml | Barszcz czerwony z ciecierzycą (9) 350ml Kotleciki rybne z pieca z jarzynami (1,3,4,9) 200 g (w tym 100g ryby) Ziemniaki z koperkiem 200g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100 g Kurczak pieczony premium (7,9,10) 70g Ogórek kiszony 100 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml Banan 1 szt. | Herbatniki (1,3,6,7,8,11) 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

13.12.2025

Dieta podstawowa

| Śniadanie 8.00 | Obiad 13.00 | Kolacja 17.00 | II Kolacja 20.00 |
|---|--|--|-----------------------------|
| Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) <u>*Jajko na twardo (3) 1 szt.</u> Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml | Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Kotlet schabowy wieprzowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 120g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100g Kiełbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) 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 |
|--|---|--|-----------------------------|
| Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml Oddział pediatrii* | Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml <u>*Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym 150 g (1)</u> Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem (ogórek bez skóry) 120g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kiełbasa szynkowa drobiowa 50g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) 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

*Na rehabilitację - piętro A - Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym 150 g

*Na rehabilitację - piętro A - Pasta jajeczna z koperkiem 65g

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) Jajko na miękko (3) 1 szt. Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml | Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml <u>Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym 150 g (1)</u> Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem (ogórek bez skóry) 120g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa 50g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 g Masło 20g (7) 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 |
|---|---|---|--------------------------|
| Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 15g (7) Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 80 g Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml | Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9,) 350 ml <u>Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym 150 g (1)</u> Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 120g (ogórek bez skóry) (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100g Kielbasa szynkowa drobiowa 50g (1,6,7,9,10) Serek śmietankowy 0,5 szt. (7) Masło 10g (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 58,45g, w tym nasycone 15,6 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. Szynka dębową (1,6,7,9,10) 80 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa pomidorowa z ryżem i natką (7, 9) 350 ml Pieczona pierś z kurczaka bez panierki 130g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 120g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100g Kielbasa szynkowa drobiowa 50g (1,6,7,9,10) Ser żółty (7) 30 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 (7, 9) 350 ml (zblendowana) Pierś z kurczaka gotowana w lekkim sosie 150g (1) 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 |
|--|--|--|--------------------------|
| Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 szt. Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Kawa Inka na mleku (1,7) 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 120g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) 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. Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa pomidorowa z ryżem i natką (9) 350 ml Kotlet schabowy wieprzowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i ogórkiem 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100g Kielbasa szynkowa drobiowa 80g (1,6,7,9,10) Margaryna bezmleczna 20g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 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

14.12.2025

Dieta podstawowa

| Śniadanie 8.00 | Obiad 13.00 | Kolacja 17.00 | II Kolacja 20.00 |
|--|--|---|-------------------------|
| Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Parówki na gorąco (1, 9) 120 g Musztarda (10) 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 (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (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

| 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 Pomidor bez skórki 80g Serek wiejski (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii* | Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony w sosie (1) 220g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt. |

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 Pomidor 80g Serek wiejski (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml | Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony w sosie 220g (1) Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt. |

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 Pomidor bez skórki 80g Serek wiejski lekki (7) 150g Herbata bez cukru 300 ml | Rosół z makaronem i natką (1,3, 9) 350 ml Kurczak pieczony w sosie (1) 220g Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szynka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 10 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Mus warzywno-owocowy 1 szt. |

Wartości odżywcze: 2119 kcal, białko 122.42 g, węglowodany 223.70 g, w tym cukry 32,3 g, tłuszcz 64,50 g, w tym nasycone 17,9 g, błonnik 33 g, sól 5,8 g

Dieta z ograniczeniem węglowodanów łatwoprzyswajalnych

| 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 (10) 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 (1) Ziemniaki z koperkiem 200 g Puree z kalafiora z masłem (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Szyńka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (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 Serek wiejski (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 (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | *Kaszotto z pomidorami – (1,7) 200g Herbata bez cukru 300 ml Jogurt owocowy (7) 150g *Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym smaku -1 saszetka | Mus warzywno-owocowy 1 szt. |

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 (7) 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 3 szt. Masło 20g (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 (10) 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 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

15.12.2025

Dieta podstawowa

| Śniadanie 8.00 | Obiad 13.00 | Kolacja 17.00 | II Kolacja 20.00 |
|--|---|---|----------------------------|
| Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Serek wiejski (7) 150 g Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 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

| 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 (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii* | Zupa jarzynowa (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

| 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 (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Zupa jarzynowa (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 (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor bez skórki 80g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Zupa jarzynowa (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 Ser twarogowy z koperkiem (3) 70g Masło 10g (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 61,32 g, w tym nasycone 16,2g 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 (1,6,7,9,10) 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 drobiowo-wieprzowa obiadowa 400ml (1,3,7,9) Jabłko pieczone 150g 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 kiszony 100 g Banan 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Jarzynowa z fasolką szparagową (7, 9) 350 ml Makaron 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) 2 szt. 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 (1,6,7,9,10) 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) 410 g tj. 200g/210g 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

16.12.2025

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) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9) 350 ml Filet drobiowy 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) Papryka 80g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 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) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml Oddział pediatrii | Zupa ryżanka (9) 350 ml Filet drobiowy 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 pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski (7) 150g Szynka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 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) Sałata 20 g Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9) 350 ml Filet drobiowy 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 pszenno-żytni (1) 100 g Serek wiejski (7) 150g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 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) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa ryżanka (9) 350 ml Filet drobiowy duszony w sosie koperkowym (bez śmietany) 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 10g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 100g Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 45g |

Wartości odżywcze: 2109 kcal, białko 113.96 g węglowodany 266.25 g, w tym cukry 39.5 g, tłuszcz 62,78 g, w tym nasycone 17,7 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) Sałata 20 g Ser żółty (7) 50 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa brokułowa z ziemniakami (7,9) 350 ml Filet drobiowy 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 Szyńka gotowana wędzona (6,9) 50 g Masło 20g (7) Papryka 80g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 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 drobiowy duszony w sosie śmietanowo-koperkowym (1,7) 220g (mielony) 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 (1, 7) 250 ml Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa brokułowa z ziemniakami (7, 9) 350 ml Gulasz wegetariański (1) 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 Ser żółty (7) 50 g Masło 20g (7) Papryka 80g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 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 (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Szyńka z indyka (7,9,10) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml | Zupa brokułowa z ziemniakami (9) 350 ml Filet drobiowy duszony w sosie koperkowym (1) 200 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki z olejem 120 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 100 g Szyńka gotowana wędzona (6,9) 80 g Margaryna bezmleczna 20g Papryka 80g Jabłko 1 szt Herbata bez cukru 300 ml | Wafle zbożowo-ryżowe (1) 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

17.12.2025

Dieta podstawowa

| 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) Szynka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 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 wieprzowego 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 (1,3,6,7,8,10) 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9) 150g 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

| 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 (1,6,7,9,10) 50g Pomidor bez skórki 80g Jogurt naturalny (7) 150g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml Oddział pediatrii* | Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia duszona (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 90 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa (1,3,6,7,8,10) 50g Jajko na miękko 2 szt. (3) Sałata 20g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 30 g Masło 10g (7) Dżem porcjowany 1szt. |

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 (1,6,7,9,10) 50g Pomidor 80g Jogurt naturalny (7) 150g Herbata bez cukru (1,7) 300 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia duszona (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 90 g Kiełbasa szynkowa dziadkowa (1,3,6,7,8,10) 50g Jajko na miękko 2 szt. (3) Sałata 20g 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 (1,6,7,9,10) 50g Pomidor bez skórki 80g Jogurt naturalny (7) 150g Sałata 20 g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) Ziemniaki z koperkiem 200 g Cukinia duszona (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml | Chleb pszenno-żytni (1) 90 g Masło 10g (7) Kiełbasa szynkowa dziadkowa (1,3,6,7,8,10) 80g Sałata 20g Banan 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 30 g Masło 10g (7) Dżem porcjowany 1szt. |

Wartości odżywcze: 2304 kcal, białko 116.00 g, węglowodany 300.58 g, w tym cukry 45.6 g, tłuszcz 60,67 g, w tym nasycone 16,1 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) Szyunka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Pomidor 80g Sałata 20 g Jogurt naturalny (7) 150g Herbata bez cukru (1,7) 300 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu wieprzowego 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 (1,3,6,7,8,10) 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i jogurtem i koperkiem (3, 7, 9) 150g 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) Pierś z kurczaka duszona w sosie własnym (1,9) 170 g (w tym 120g mięsa) (mielona) Ziemniaki z wody 200g (puree) Cukinia duszona (zmielona) (7) 120g 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) 50 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) 150g 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 Szynka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 80g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata bez cukru 300 ml | Krem z białych warzyw (7,9) 350 ml Pieczeń ze schabu wieprzowego 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 (1,3,6,7,8,10) 50g Sałatka jarzynowa z majonezem i koperkiem (3,7, 9) 150 g (bez jogurtu) Herbata bez cukru 300 ml | Chleb żytni (1) 30 g Margaryna bezmleczna 10g (7) Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 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 SO₂, (***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 Klaudia Bezkorowajna - dietetyk kliniczny, mgr inż. Jagoda Tarnowska

tel. 577 770 469

gmail: 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 SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców
13. **ŁUBIN** i produkty pochodne