

15.01.2026

**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 (1, 7) Chleb żytni (1) 70g Chleb pszenno-żytni (1) 30g Masło 20g (7) Jajko na twardo (3) 1 sztuka Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 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 (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 (8,11) 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 (1, 7) Chleb pszenno-żytni (1) 100g Masło 20g (7) Jajko na miękko (3) 1 sztuka Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor bez skórki 80g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml <b>Oddział pediatrii*</b>	Zupa pomidorowa z makaronem i natką (3, 6, 7, 9, 10) 350 ml Kurczak gotowany w sosie 250g (1) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka duszona na maśle 130g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta z tuńczyka z warzywami (4) 120 g Serek kiri (7) 2 szt. Pomidor bez skórki 80 g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie (8,11) 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 <b>(1,6,7,9,10)</b> 50 g Pomidor bez skórki 80 g Jabłko pieczone 1 szt. 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 130g <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 <b>(8,11)</b> 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> Szyńka dębowa <b>(1,6,7,9,10)</b> 80 g Pomidor bez skórki 80g Jabłko pieczone 1 szt. 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 130g <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 10g <b>(7)</b> Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczko miękkie <b>(8,11)</b> 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 Szyńka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt. Jogurt naturalny (7) 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 (8,11) 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) (rozdrobiony) Ziemniaki z wody 200g (puree) Marchewka duszona na maśle 130g (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 (8,11) 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 <b>(7)</b> 50 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt. 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 <b>(8,11)</b> 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 <b>(1,6,7,9,10)</b> 50 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt. 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 <b>(8,11)</b> 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.

16.01.2026

**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 z koperkiem (7) 100 g Pomidor 80 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorką, 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 z koperkiem (7) 100 g Pomidor bez skórki 80g 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 Baton szynkowo-drobiowy 80g (1,7,10) Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml Jogurt owocowy 150g (7)	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 z koperkiem (7) 100 g Pomidor 80g 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 Baton szynkowo-drobiowy 80g (1,7,10) Masło 20g (7) Pomidor 80g Herbata bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 150g (7)	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 z koperkiem (7) 100 g Pomidor bez skórki 80g 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 Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 80 g Masło 10g (7) Pomidor bez skórki 80g Herbata bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 150g (7)	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 z koperkiem (7) 100 g Masło 20g (7) Pomidor 80 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 30g (7) 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 z koperkiem (7) 100 g Pomidor 80 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorą, 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 (1,6,7,9,10) 80 g Pomidor 80 g Dżem 50 g Herbata bez cukru 300 ml	Krupnik z cieciorą, 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 60g 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

17.01.2026

### 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 130 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g <u>*Jajko na twardo 1 szt. (3)</u> 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 (1,3) 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 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 koperkowa (7,9) 350ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca w sosie (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 130 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Jajko na miękko 1 szt. Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru (1,3) 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

\*Pasta jajeczna z jogurtem i koperkiem 100g (rehabilitacja piętro A)

## 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 śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor 80g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (7,9) 350ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca w sosie (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 130 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 (1,3) 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 śmietankowy (7) 0,5 szt. Pomidor bez skórki 80g Kawa Inka na mleku (1,7) 300 ml	Zupa koperkowa (7,9) 350ml Kotleciki mielone z mięsa mieszanego z pieca w sosie (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 130 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Baton szynkowo-drobiowy (1,7,10) 50 g Ser twarogowy z koperkiem 50g Masło 10 g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru (1,3) 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 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką (1,3, 7, 9,) 350 ml Kotlecki mielone z mięsa mieszanego z pieca (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z buraczków z jabłkiem 130 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo 1 szt. (3) 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 1 szt. 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 z mięsa mieszanego gotowany w sosie (1,3) 240 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 (1,3) 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. Papryka 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 130 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo (3) 1 sztuka Ser twarogowy z koperkiem (7) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka biszkoptowe bez cukru (1,3) 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) 80 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 130 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Jajko na twardo 1 szt. (3) 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

18.01.2026

### 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) 120g Musztarda (10) 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 wieprzowy smażony (1,3) 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałata i jogurtem 100g (7) 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 Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka fit (1,6,7) 50 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

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 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 <u>*Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym (1) 150g</u> 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 (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko pieczone 1 szt.

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

\*Na rehabilitację - piętro A - Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym 150 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 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 <u>Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym (1)</u> <u>150 g</u> 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 (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko pieczone 1 szt.

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 Sałata 20 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 <u>Pieczona pierś z kurczaka bez panierki w sosie własnym (1)</u> <u>150 g</u> Ziemniaki z koperkiem 200 g Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100g 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	Jabłko pieczone 1 szt.

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 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)120g Musztarda (10) 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 130 g (1) 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. Szyńka dębowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko 1 szt.

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) 50 g (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 Mizeria z sałatą i jogurtem 100g (7) Kompot z owocami bez cukru 300 m	Chleb żytni (1) 100 g Serek kiri (7) 2 szt. Masło 20g (7) Sałata 20 g Ogórek zielony 80g Herbata bez cukru 300 ml	Ciasteczka fit (1,6,7) 50 g

Wartości odżywcze: 2209 kcal, białko 108.76 g, węglowodany 245.53 g g, w tym cukry 35 g, tłuszcz 90.45 g 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 wieprzowy 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.

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

19.01.2026

**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) Szynka dębowa 50 g Ogórek zielony 80g Sałata 20 g Serek wiejski z owocami (7) 150 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 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100g Kiełbasa szynkowa drobiowa 50g Ser żółty 30 g Pomidor 80g Masło (7) 20g 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 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) Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Serek wiejski z owocami 150g (7) 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 Kiełbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Pomidor bez skóry 80g 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

Śniadanie 8.00	Obiad 13.00	Kolacja 17.00	II Kolacja 20.00
Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Masło 20g (7) Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Sałata 20 g Pomidor 80g Serek wiejski (7) 150 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 marchewki i pietruszki skropiona olejem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kiełbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Ser żółty (7) 30 g Pomidor 80g 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

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) 50 g Sałata 20 g Pomidor bez skórki 80g Serek wiejski lekki (7) 150 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 marchewki i pietruszki skropiona olejem 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Kiełbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 80g Pomidor bez skórki 80g Masło 10g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Banan 1 sztuka

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) Szynka dębowa (1,6,7,9,10) 50 g Ogórek zielony 80 g Sałata 20 g Serek wiejski (7) 150 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 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 80g 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 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) Ser żółty 50g (7) Ogórek zielony 80 g Sałata 20 g Serek wiejski z owocami (7) 150 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 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Ser żółty (7) 60 g Pomidor 80g Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml	Banan 1 sztuka

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 Szyńka dębowa (1,6,7,9,10) 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 koperkowym (9,) 120/80g Kasza jęczmienna 100 g Surówka z białej kapusty z marchewką 100g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1)100g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,9,10) 80g Pomidor 80g Margaryna bezmleczna 20g Herbata bez cukru 300 ml	Banan 1 sztuka

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

20.01.2026

**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 wieprzowy duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka na odrobinie masła (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 150g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko 1 szt.
<b>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</b>			
<b>Dieta łatwostrawna</b>			
<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 wieprzowy duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka na odrobinie masła (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 150g Masło 20g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko pieczone 1 szt.
<b>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</b>			

### 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 wieprzowy duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka na odrobinie masła (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 150g Masło 20g (7) Pomidor 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko pieczone 1 szt.

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 wieprzowy duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka na odrobinie masła (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 150g Masło 10g (7) Pomidor bez skórki 80 g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko pieczone 1 szt.

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 wieprzowy duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka na odrobinie masła (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 150g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko 1 szt.

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 z kurczaka duszona w sosie naturalnym (1,9) 200 g (mielona) Ziemniaki z wody 200g (puree) Puree z marchewki z masłem (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100 g (zblendowany) Papka z pastą warzywno-mięsą 200 g (9) Masło 20g (7) Herbata bez cukru 300 ml  Zaleca się dodatek wysokobiałkowego i wysokokalorycznego preparatu, np. Nutramil protein o neutralnym	Jabłko pieczone 1 szt.

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 Ser żółty (7) 50 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 Kotlet z cieciorzki (1,3) 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka na odrobinie masła (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywna z ciecierzycą (9) 150g Masło 20g (7) Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko 1 szt.

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 wieprzowy duszony w sosie naturalnym (1,9) 200 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchewka gotowana (7) 120g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Pasta warzywno-mięsna (9) 150g Margaryna bezmleczna 20g Papryka 80g Herbata bez cukru 300 ml	Jabłko 1 szt.

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

21.01.2026

**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) Szyńka z indyka (1,6,7,9,10) 50g Serek kiri (7) 2 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 (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski z owocami (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) Szyńka z indyka (1,6,7,9,10) 50g Serek kiri (7) 2 szt. 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 (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100g Serek wiejski z owocami (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 20g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt.
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) 50g Serek kiri (7) 2 szt. 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 (1,9) 100g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100g Serek wiejski lekki (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 10g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt.

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) 50g Serek kiri (7) 2 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 (1,9) 100g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb pszenno-żytni (1) 100g Serek wiejski lekki (7) 150g Kielbasa szynkowa drobiowa (1,6,7,9,10) 50g Masło 15g (7) Sałata 20 g Jabłko pieczone 1 szt. Herbata bez cukru 300 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt.

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 łatwoprzyswajalnych

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) 2 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 (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 (z fileta drobiowego) 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 (7) Herbata bez cukru 300 ml	Mus warzywno-owocowy 1 szt.

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 (1,9) 200g Makaron gotowany 100 g Kompot z owocami bez cukru 300 ml	Chleb żytni (1) 100 g Serek wiejski z owocami (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 (bez śmietanki) Kolorowy kociołek z piersią z kurczaka duszony z warzywami (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 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 laktozą), (\*8) orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne, (\*9) seler i produkty pochodne, (\*10) gorczyca i produkty pochodne, (\*11) nasiona sezamu i produkty pochodne, (\*12) dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub>, (\*13) łubin i produkty pochodne, (\*14) mięczaki i produkty pochodne.

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

opracowanie: mgr Nikolinę Kmiec– dietetyk kliniczny, mgr Klaudia Bezkorowajna - 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