

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanałkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, papryka 30g, ogórek 30g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 247,50 Białko (g) -100,12 Tłuszcze (g) -77,51 - w tym tł. nasycone (g) -35,10
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Szaszłyki drobiowe z warzywami 180g (3) Ryż z curry 200g Surówka z kapusty pekińskiej 80g	Węglowodany ogółem (g) -311,02 - w tym cukry (g) -53,23
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -25,90 Sól (g) -6,69 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanałkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, papryka 30g, ogórek 30g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 423,22 Białko (g) -104,48 Tłuszcze (g) -82,38 - w tym tł. nasycone (g) -37,58
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Szaszłyki drobiowe z warzywami 180g (3) Ryż z curry 200g Surówka z kapusty pekińskiej 80g	Węglowodany ogółem (g) -340,55 - w tym cukry (g) -59,86
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -26,96 Sól (g) -6,76 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Ciasto(1,2,8), herbata owocowa	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 095,07 Białko (g) –84,68 Tłuszcze (g) –71,08 - w tym tł. nasycone (g) –33,05 Węglowodany ogółem (g) –302,80 - w tym cukry (g) –29,37 Błonnik (g) –25,97 Sól (g) –6,93 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń drobiowa 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona z marchewką 120g	
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2095,07 Białko (g) –84,68 Tłuszcze (g) –71,08 - w tym tł. nasycone (g) –33,05 Węglowodany ogółem (g) –302,08 - w tym cukry (g) –29,37 Błonnik (g) –25,97 Sól (g) –6,93 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń drobiowa 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona z marchewką 120g	
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, papryka 30g, ogórek 30g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 247,50 Białko (g) -100,12 Tłuszcze (g) -77,51 - w tym tł. nasycone (g) -35,10
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Szaszłyki drobiowe z warzywami 180g (3) Ryż z curry 200g Surówka z kapusty pekińskiej 80g	Węglowodany ogółem (g) -311,02 - w tym cukry (g) -53,23
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -25,90 Sól (g) -6,69 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, papryka 30g, ogórek 30g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 423,22 Białko (g) -104,48 Tłuszcze (g) -82,38 - w tym tł. nasycone (g) -37,58
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Szaszłyki drobiowe z warzywami 180g (3) Ryż z curry 200g Surówka z kapusty pekińskiej 80g	Węglowodany ogółem (g) -340,55 - w tym cukry (g) -59,86
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Błonnik (g) -26,96 Sól (g) -6,76 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Ciasto(1,2,8), herbata owocowa	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 095,07 Białko (g) –84,68 Tłuszcze (g) –71,08 - w tym tł. nasycone (g) –33,05 Węglowodany ogółem (g) –302,80 - w tym cukry (g) –29,37 Błonnik (g) –25,97 Sól (g) –6,93 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń drobiowa 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona z marchewką 120g	
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Kanapkowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –2095,07 Białko (g) –84,68 Tłuszcze (g) –71,08 - w tym tł. nasycone (g) –33,05 Węglowodany ogółem (g) –302,08 - w tym cukry (g) –29,37 Błonnik (g) –25,97 Sól (g) –6,93 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń drobiowa 90g (1,2,8) Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona z marchewką 120g	
KOLACJA	Galaretka z pstrąga z warzywami 90g (6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 300ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 227,42 Białko (g) -79,70 Tłuszcze (g) -78,96 - w tym tł. nasycone (g) -33,95
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g sok owocowy 200 ml	Węglowodany ogółem (g) -327,17 - w tym cukry (g) -47,17 Błonnik (g) -30,30
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (1,3,6,9) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, papryka 50g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,42 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Mleko smakowe 200ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 300ml (1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,9) Serek Favita 20g (2) Sałata, ogórek 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 447,62 Białko (g) -86,33 Tłuszcze (g) -83,99 - w tym tł. nasycone (g) -36,88
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g sok owocowy 200 ml	Węglowodany ogółem (g) -364,51 - w tym cukry (g) -62,81 Błonnik (g) -30,95
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (1,3,6,9) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Sałata, papryka 50g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,49(w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Budyń z brzoskwiniami (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Mleko smakowe 200ml (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.02.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Kluski lane na mleku 300ml(1,2,8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko pieczone 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 259,56 Białko (g) -77,92 Tłuszcze (g) -75,76 - w tym tł. nasycone (g) -34,12
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g sok owocowy 200ml	Węglowodany ogółem (g) -343,02 - w tym cukry (g) -43,42 Błonnik (g) -29,51 Sól (g) -6,28 (w tym sól dodana 2g)
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (1,3,6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Mleko smakowe 200ml (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.02.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Favita 40g (2) Sałata Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 073,91 Białko (g) -75,05 Tłuszcze (g) -76,34 - w tym tł. nasycone (g) -32,61
OBIAD	Krupnik z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Klopsiki gotowane 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 120g	Węglowodany ogółem (g) -300,39 - w tym cukry (g) -28,04 Błonnik (g) -31,25
KOLACJA	Pasta z łososia 30g (1,3,6,9) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Masło 15g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2) kefir 200ml	Sól (g) -6,76(w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Sok pomidorowy 300ml (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 260,30 Białko (g) -102,74 Tłuszcze (g) -74,81 - w tym tł. nasycone (g) -35,58 Węglowodany ogółem (g) -317,72 - w tym cukry (g) -57,39 Błonnik (g) -26,35 Sól (g) -6,94 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg ze szczypiorkiem i oliwkami 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 413,73 Białko (g) -106,63 Tłuszcze (g) -78,94 - w tym tł. nasycone (g) -37,67 Węglowodany ogółem (g) -344,44 - w tym cukry (g) -63,34 Błonnik (g) -28,21 Sól (g) -6,99 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg ze szczypiorkiem i oliwkami 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Herbata	
PODWIECZOREK	Ciasto (1,2,8), Herbata owocowa	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.02.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Kasza manna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 40g (2,3,6,9) Serek Deliser 17g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 298,44 Białko (g) -103,70 Tłuszcze (g) -74,34 - w tym tł. nasycone (g) -35,55 Węglowodany ogółem (g) -326,85 - w tym cukry (g) -54,62 Błonnik (g) -26,25 Sól (g) -6,86 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.02.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Jogurt naturalny 100g (2) Szynka prasowana 40g (3,6,7) Serek Deliser 34 g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 035,65 Białko (g) -96,88 Tłuszcze (g) -71,90 - w tym tł. nasycone (g) -34,14 Węglowodany ogółem (g) -273,97 - w tym cukry (g) -28,26 Błonnik (g) -25,98 Sól (g) -7,46 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Kalafiorowa z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Roladka drobiowa z marchewką gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ryż 200g Cukinia duszona 120g	
KOLACJA	Twaróg z koperkiem 50g (2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Sałata Pomarańcze 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany bez laktozy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Kanapkowa 30g (3,6,7) Jajko 1szt. (8) Sałata Mandarynki 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 277,43 Białko (g) -83,48 Tłuszcze (g) -79,95 - w tym tł. nasycone (g) -32,05
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kotlet rybny (1,2,3,8,9) Ziemniaki Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -334,01 - w tym cukry (g) -57,61 Błonnik (g) -30,58
KOLACJA	Sałatka ryżowa z selerem 140g (3,6,7,8) Serek Favita 40g (2) Sałata 3g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 80g (1) Herbata	Sól (g) -6,92 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Kanapkowa 30g (3,6,7) Jajko 1szt. (8) Sałata Mandarynki 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 437,73 Białko (g) -87,24 Tłuszcze (g) -80,99 - w tym tł. nasycone (g) -32,56
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Kotlet rybny (1,2,3,8,9) Ziemniaki Buraczki 120g	Węglowodany ogółem (g) -368,44 - w tym cukry (g) -81,81 Błonnik (g) -31,50
KOLACJA	Sałatka ryżowa z selerem 140g (3,6,7,8) Serek Favita 40g (2) Sałata 3g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 80g (1) Herbata	Sól (g) -6,95 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Kisiel z truskawkami i serkiem (2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.02.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Makaron na mleku 300ml (1,2,8) Kanapkowa 30g (3,6,7) ½ jajka (2) Sałata Mandarynki 150g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 006,66 Białko (g) –80,06 Tłuszcze (g) –71,44 - w tym tł. nasycone (g) –32,87 Węglowodany ogółem (g) –284,95 - w tym cukry (g) –50,75 Błonnik (g) –26,28 Sól (g) –7,00 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Ryba gotowana 80g (9) Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (3,7,6) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt owocowy 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.02.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Kanapkowa 50g (3,6,7) Jajko 1szt. (8) Sałata, pomidor 50g Mandarynki 150g Herbata Pieczywo 120g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) –1 990,41 Białko (g) –81,50 Tłuszcze (g) –71,26 - w tym tł. nasycone (g) –31,53 Węglowodany ogółem (g) –283,68 - w tym cukry (g) –44,11 Błonnik (g) –29,82 Sól (g) –7,30 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1,2,3,6,7) Ryba gotowana 80g (9) Sos jarzynowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Buraczki 120g	
KOLACJA	Szynka śniadaniowa 40g (3,7,6) Serek Favita 40g (2) Sałata, pomidor 50g Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Herbata	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, papryka 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 311,74 Białko (g) -99,18 Tłuszcze (g) -82,43 - w tym tł. nasycone (g) -40,47
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	Węglowodany ogółem (g) -323,72 - w tym cukry (g) -54,35 Błonnik (g) -32,76
KOLACJA	Ser żółty 30g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,85 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, papryka 50g Jabłko 150g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 431,39 Białko (g) -103,64 Tłuszcze (g) -82,51 - w tym tł. nasycone (g) -40,48
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	Węglowodany ogółem (g) -349,07 - w tym cukry (g) -73,85 Błonnik (g) -33,31
KOLACJA	Ser żółty 30g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -6,86 (w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Galaretka z owocami (brzoskwinie)	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 15g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 203,37 Białko (g) -94,35 Tłuszcze (g) -73,94 - w tym tł. nasycone (g) -35,77 Węglowodany ogółem (g) -315,57 - w tym cukry (g) -49,88 Błonnik (g) -28,11 Sól (g) -6,80 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Serek Deliser 17g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Banan 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Serek homogenizowany 100g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,2) Twaróg z pietruszką 50g (2) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 15g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 054,87 Białko (g) -83,40 Tłuszcze (g) -72,59 - w tym tł. nasycone (g) -34,89 Węglowodany ogółem (g) -293,12 - w tym cukry (g) -39,38 Błonnik (g) -28,41 Sól (g) -6,85(w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Pomidorowa z ryżem 300ml (1,2,3,6,7) Pieczeń rzymska 90g (1,2,8) Sos koperkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Bukiet warzyw 120g	
KOLACJA	Serek Deliser 17g (2) Kanapkowa 30g (3,6,7) Sałata Mandarynki 150g Masło 20g (2) Pieczywo 120g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Jogurt naturalny 150g (2)	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.02.2025
Dieta podstawowa

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Dżem 25g Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 206,89 Białko (g) -88,15 Tłuszcze (g) -78,66 - w tym tł. nasycone (g) -33,91
OBIAD	Selerowo-paprykowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Devolaj 100g (1,2,3,8) Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 120g (1,2)	Węglowodany ogółem (g) -316,26 - w tym cukry (g) -43,49 Błonnik (g) -32,00
KOLACJA	Pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem 70g (3,7,8,9) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -7,00 (w tym sól dodana 2g)
POSIŁEK DODATKOWY	Sok pomarańczowy 200ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.02.2025
Dieta podstawowa – Oddział Położniczy

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Dżem 25g Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 458,26 Białko (g) -97,11 Tłuszcze (g) -88,17 - w tym tł. nasycone (g) -39,23
OBIAD	Selerowo-paprykowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Devolaj 100g (1,2,3,8) Ziemniaki 200g Marchewka z groszkiem 120g (1,2)	Węglowodany ogółem (g) -349,59 - w tym cukry (g) -56,22 Błonnik (g) -33,05
KOLACJA	Pasta jajeczna z tuńczykiem i szczypiorkiem 70g (3,7,8,9) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Sałata Jabłko 150g Masło 15g (2) Pieczywo mieszane 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	Sól (g) -7,12(w tym sól dodana 2g)
PODWIECZOREK	Ciasto (1,2,8), kakao 200ml (2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Sok pomarańczowy	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemnie, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.02.2025
Dieta lekkostrawna

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,7) Dżem 25g Serek Favita 20g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo mieszane 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 090,16 Białko (g) -82,18 Tłuszcze (g) -67,92 - w tym tł. nasycone (g) -33,01 Węglowodany ogółem (g) -313,57 - w tym cukry (g) -43,69 Błonnik (g) -28,77 Sól (g) -6,93 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Pierś gotowana 80g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Marchewka gotowana 120g	
KOLACJA	½ jajka (8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml (1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Sok pomarańczowy 200ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.02.2025
D. lekkostrawna z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych

ŚNIADANIE	Kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,2) Szynka prasowana 30g (3,6,9) Serek Deliser 34g (2) Sałata, pomidor 50g Herbata Pieczywo 100g (1) Masło 20g (2)	WARTOŚĆ ODŻYWCZA: Energia (kcal) -2 036,66 Białko (g) -88,92 Tłuszcze (g) -69,34 - w tym tł. nasycone (g) -33,65 Węglowodany ogółem (g) -295,03 - w tym cukry (g) -26,52 Błonnik (g) -33,29 Sól (g) -7,56 (w tym sól dodana 2g)
OBIAD	Selerowa z makaronem 300ml (1,2,3,6,7,8) Pierś gotowana 90g Sos pietruszkowy 100g (1,2,3) Ziemniaki 200g Surówka z marchwi 120g	
KOLACJA	½ jajka (8) Szynka śniadaniowa 30g (3,6,7) Serek Favita 20g (2) Sałata Jabłko 150g Masło 20g (2) Pieczywo 100g (1) Kawa na mleku 250ml(1,2)	
POSIŁEK DODATKOWY	Sok pomidorowy 300ml	
ALERGENY	1 gluten, 2 mleko, 3 soja, 4 orzechy ziemne, 5 sezam, 6 seler, 7 gorczyca, 8 jajka, 9 ryby, 10 orzechy	