

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
SOBOTA 18.04.2026 r.	1 podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok drobiowy 50 g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, rukoli i sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko (1) 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, szpinaku, natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2148, białko ogółem (g) 91,2, tłuszcz ogółem (g) 88,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 34,3, węglowodany ogółem (g) 253,1, w tym cukry proste (g) 40,2, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2754,6
	2 łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok drobiowy 50 g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, rukoli i sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko (1) 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), kielbasa szynkowa 30g (1,10), sałatka z sałaty, szpinaku, natki pietruszki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2065, białko ogółem (g) 87,1, tłuszcz ogółem (g) 83,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,2, węglowodany ogółem (g) 249,7, w tym cukry proste (g) 36,7, błonnik pokarmowy (g) 21,4, sód (mg) 2516,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), blok drobiowy 50 g (1,10), dżem 25 g, sałatka z sałaty, rukoli i sałaty mix z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko (1) 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Serek homogenizowany waniliowy 100 g (1,7), kielbasa szynkowa 30 g (1,10), sałatka z sałaty, szpinaku i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2050, białko ogółem (g) 91,6, tłuszcz ogółem (g) 56, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 22,96, węglowodany ogółem (g) 252,6, w tym cukry proste (g) 40,6, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2325

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
NIEDZIELA 19.04.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Serdelka na gorąco 80 g (1,10), twaróg z koperkiem 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250 ml (1,7)		Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy gotowany w sosie własnym 90g/ 100 g sos (1,6,7,8,9), marchew oprószana 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50 g (1,10) na sałacie, dżem 25, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120 g	Wartość energetyczna (kcal) 2045, białko ogółem (g) 69,8, tłuszcz ogółem (g) 59,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31, węglowodany ogółem (g) 250,3, w tym cukry proste (g) 31,6, błonnik pokarmowy (g) 24,2, sód (mg) 2073,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serdelka na gorąco 80 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), pomidor 50 g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z jajkiem (1,3,7)	Zupa makaronowa 300 ml (1,3,6,8,9), filet drobiowy duszony 90g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana z kalaflorem i fasolką szparagową 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg z rzodkiewką 30g (7) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Pomarańcza 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2068,4, białko ogółem (g) 70,3, tłuszcz ogółem (g) 67,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30, węglowodany ogółem (g) 262,9, w tym cukry proste (g) 30,8, błonnik pokarmowy (g) 28, sód (mg) 2490
PONIEDZIAŁEK 20.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), pasta z jaj 50g na sałacie (3,7), blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron gotowany z kapustą, mięsem z ciemniczką 350g (1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9,10), ser żółty 30g (1,7), surówka z białej rzodkiewki, ogórka kiszzonego i koperku z sosem winegret 50 g (10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2114,1, białko ogółem (g) 89,4, tłuszcz ogółem (g) 75,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,9 węglowodany ogółem (g) 241,8, w tym cukry proste (g) 35,2, błonnik pokarmowy (g) 26,8, sód (mg) 2545

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 20.04.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), pasta z jaj 50g na sałacie (3,7), blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem z sosem mięsno-pomidorowym 350g (1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2096,4, białko ogółem (g) 97,6, tłuszcz ogółem (g) 74,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 37,8, węglowodany ogółem (g) 239,06, w tym cukry proste (g) 32,6, błonnik pokarmowy (g) 23,4, sód (mg) 2548,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300ml (1,7), pasta z białek jaj 50g na sałacie (3,7), blok szynkowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem z sosem mięsnym 350g (1,3,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2015,5, białko ogółem (g) 81,1, tłuszcz ogółem (g) 69,7, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,1, węglowodany ogółem (g) 249,1, w tym cukry proste (g) 31, błonnik pokarmowy (g) 24,1, sód (mg) 2535,5
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta z jaj 50g na sałacie (3,7), blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z białej rzodkiewki i koperku 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem (1,7)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), zraz zawijany 100 g (1,6,7,8,9,10), surówka z modrej kapusty 100 g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Pasta z kurczaka 50g (1,6,8,9,10), ser żółty 30g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2209,8, białko ogółem (g) 94,1, tłuszcz ogółem (g) 73,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,9, węglowodany ogółem (g) 256,1, w tym cukry proste (g) 29,6, błonnik pokarmowy (g) 26,4, sód (mg) 2260

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 21.04.2026 r.	1 podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta rybno-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), kotlet mielony 80g (1,3,5,6,7,8,9,10), buraczki oprószone 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser mozzarella 30 g (1,7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2009,9, białko ogółem (g) 75,6, tłuszcz ogółem (g) 74,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39,6, węglowodany ogółem (g) 249,8, w tym cukry proste (g) 33,1, błonnik pokarmowy (g) 26,2, sód (mg) 1777,2
	2 łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta rybno-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony w sosie własnym 80 g /100 g sos (1,3,6,7,8,9,10), buraczki oprószone 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser mozzarella 30 g (1,7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2006,5, białko ogółem (g) 74,9, tłuszcz ogółem (g) 71,2, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,9, węglowodany ogółem (g) 236,9, w tym cukry proste (g) 32, błonnik pokarmowy (g) 23,1, sód (mg) 1806,4
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300 ml (1,7), pasta rybno-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie śmietanowym 80g/100 g sos (1,3,6,7,8,9,10), buraczki oprószone 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), serek twarogowo – jogurtowy 30g (7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2005,1, białko ogółem (g) 64,5, tłuszcz ogółem (g) 58,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 32,9, węglowodany ogółem (g) 234, w tym cukry proste (g) 38,9, błonnik pokarmowy (g) 23,4, sód (mg) 1869,3

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
WTOREK 21.04.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta rybno-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, blok drobiowy 30g (1,10) na sałacie, sałatka z papryki czerwonej 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna z szynki gotowanej (1,10)	Zupa ryżowa 300 ml (1,6,8,9), klopsik drobiowo-wieprzowy duszony 90g (1,3,6,7,8,9,10), buraczki oprószone 100g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70g (1,10), ser mozzarella 30 g (1,7), sałatka z sałaty, rukoli i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Jabłko 120 g	Wartość energetyczna (kcal) 2005,7, białko ogółem (g) 71, tłuszcz ogółem (g) 67,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39,4, węglowodany ogółem (g) 245,2, w tym cukry proste (g) 29,5, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2197,3
	1 dieta podstawowa	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozponki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 90g/100 g sos (1,6,7,8,9,10) marchewka gotowana z groszkiem oprószone 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2061,2, białko ogółem (g) 74,8, tłuszcz ogółem (g) 64, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 24,6, węglowodany ogółem (g) 246,1, w tym cukry proste (g) 23,8, błonnik pokarmowy (g) 25,2, sód (mg) 2237,4
	2 dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), kielbasa szynkowa 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i rozponki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 90g/100 g sos (1,6,7,8,9,10) marchewka gotowana oprószone 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Salatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2067,7, białko ogółem (g) 83,5, tłuszcz ogółem (g) 78, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,9, węglowodany ogółem (g) 278,8, w tym cukry proste (g) 35,6, błonnik pokarmowy (g) 22,1, sód (mg) 2394,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
ŚRODA 22.04.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Makaron na mleku 300 ml (1,3,7), kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), miód 25 g, sałatka z sałaty, sałaty mix i roszponki z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), potrawka z kurczaka 90g/100 g sos (1,6,7,8,9,10) marchewka gotowana oprószana 100 g (1,7), ryż biały gotowany na sypko 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Sałatka jarzynowa z białkiem 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt owocowy 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2132,3, białko ogółem (g) 83 g, tłuszcz ogółem (g) 75,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,4, węglowodany ogółem (g) 264, 7 w tym cukry proste (g) 46,2, błonnik pokarmowy (g) 23,9, sód (mg) 2148,5
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kiełbasa szynkowa 50 g (1,10), jajko gotowane 30g (3), sałatka z kiszzonego ogórka 50g (10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z twarogiem(1,7)	Zupa ziemniaczana ze szpinakiem 300 ml (1,6,7,8,9,10), kurczak gotowany 120g (1,6,7,8,9,10), marchewka gotowana z groszkiem 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Sałatka jarzynowa 100g (1,3,6,8,9,10) na sałacie, blok szynkowy 30 g (1,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150 g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2104,4, białko ogółem (g) 78, tłuszcz ogółem (g) 67,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,2, węglowodany ogółem (g) 261,5, w tym cukry proste (g) 27,1, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2104,1
CZWARTEK 23.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1,7)		Krupnik 300ml (1,6,8,9,10), kotlet schabowy 100g (1,3,6,8,9), sałata z jogurtem, greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50 g (1,6,8,9) na sałacie, ser żółty 30 g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2067,8, białko ogółem (g) 79, tłuszcz ogółem (g) 67,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,9, węglowodany ogółem (g) 243,7, w tym cukry proste (g) 30, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2106,1

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
CZWARTEK 23.04.2026 r.	2 dieta łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), pomidor 50 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Krupnik 300ml (1,6,8,9,10), gulasz ze schabu duszony w sosie własnym 90g/100 g sos (1,6,8,9), sałata z jogurtem, greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50g (1,6,8,9) na sałacie, ser żółty 30 g (1,7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2061,9 białko ogółem (g) 84,5, tłuszcz ogółem (g) 70,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,1, węglowodany ogółem (g) 252,7, w tym cukry proste (g) 44,2, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2187
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 300 ml (1,7), serek homogenizowany owocowy 100g (7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa 250 ml (1)		Krupnik 300ml (1,6,8,9,10), gulasz ze schabu gotowany w sosie własnym 90g /100 sos (1,6,7,8,9), szpinak oprószany 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z mięsa 50 g (1,6,8,9) na sałacie, twaróg krajanka 30 g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2063,9, białko ogółem (g) 85,1, tłuszcz ogółem (g) 62,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,1, węglowodany ogółem (g) 252,7, w tym cukry proste (g) 34,2, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 2184,4
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek kanapkowy naturalny 150 g (7), blok drobiowy 30 g (1,10), pomidor 50 g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), pomidor 50 g na sałacie, herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,7,10)	Krupnik 300ml (1,6,8,9,10), stek wieprzowy 90 g (1,6,8,9), sałata z jogurtem, greckim 100 g (7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (7)	Pasta z mięsa 50 g (1,6,8,9) na sałacie, ser żółty 30 g (1,7), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1) chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150 g	Wartość energetyczna (kcal) 2046,7, białko ogółem (g) 75,6, tłuszcz ogółem (g) 63,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,6, węglowodany ogółem (g) 255,4, w tym cukry proste (g) 30,1, błonnik pokarmowy (g) 25,9, sód (mg) 2043,8

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PIĄTEK 24.04.2026 r.	1. podstawowa	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 60 g (3) na sałacie, twaróg 30 g (7), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz ukraiński 300 ml (1,6,7,8,9,10), kotlet rybny parowany 90g (1,3,4,6,8,7,9), surówka z kiszanej kapusty 100 g (10), ziemniaki gotowane i z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2080,5, białko ogółem (g) 73,7, tłuszcz ogółem (g) 73,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 31,2, węglowodany ogółem (g) 254,6, w tym cukry proste (g) 29,6, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2019,1
	2. łatwostrawna	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), jajko gotowane 60 g (3), twaróg 30 g (7), masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony 300 ml (1,6,7,8,9,10), kotlet rybny parowany 90 g (1,3,4,6,8,9), sos pietruszkowy 100 g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana z kalafiorom oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2019,4, białko ogółem (g) 82,7, tłuszcz ogółem (g) 76,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 35,9, węglowodany ogółem (g) 244,9, w tym cukry proste (g) 31,9, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1921
	3. dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kaszka manna na mleku 300 ml (1,7), twaróg z koperkiem 50g (7) na sałacie, dżem 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Barszcz czerwony 300 ml (1,6,7,8,9,10), ryba parowana 90g (1,3,4,6,8,9) sos pietruszkowy 100g (1,6,7,8,9), marchewka gotowana oprószana 100 g (1,7), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30 g (7), sałatka z sałaty, rukoli, sałaty mix i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Budyń 150 g (1,7)	Wartość energetyczna (kcal) 2063,3, białko ogółem (g) 80,7, tłuszcz ogółem (g) 64,3, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 21,8, węglowodany ogółem (g) 249,1, w tym cukry proste (g) 32,5, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 1771,3

		1	2	3	4	5	6	7	
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA	
PIATEK 24.04.2026 r.	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jajko gotowane 60g (3) na sałacie, twaróg 30 g (7), sałatka z rzodkiewki 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	kanapka wiosenna serem żółtym (1,7)	Barszcz czerwony 300 ml (1,6,7,8,9,10), ryba parowana 90g (1,3,4,6,8,9), surówka z kapusty kiszonej 100g (10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	Kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Parówka delikatesowa na gorąco 70 g (1,10), ser twarogowo-jogurtowy 30 g (1,7), sałatka z sałaty, sałaty mix, rukoli i koperku z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Pomarańcza 100g	Wartość energetyczna (kcal) 2074,8, białko ogółem (g) 73,3, tłuszcz ogółem (g) 73,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 33,8, węglowodany ogółem (g) 251,4, w tym cukry proste (g) 21,8, błonnik pokarmowy (g) 25,3, sód (mg) 2033,1	
	SOBOTA 25.04.2026 r.	1 dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka z sosem winegret 50g (9,10), masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2028,1, białko ogółem (g) 64,5, tłuszcz ogółem (g) 53,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 30,8, węglowodany ogółem (g) 245,6, w tym cukry proste (g) 34,4, błonnik pokarmowy (g) 25,1, sód (mg) 1928,4
		2 dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150g (7), kielbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), gulasz wieprzowy duszony w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1), napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120g	Wartość energetyczna (kcal) 2057,8, białko ogółem (g) 76,1, tłuszcz ogółem (g) 54,5, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 25,5, węglowodany ogółem (g) 249,9, w tym cukry proste (g) 40,3, błonnik pokarmowy (g) 23,4, sód (mg) 1835,9

Szpital Specjalistyczny im. Stanisława Staszica w Pile, ul. Rydygiera 1, 64-920 Piła

Jadłospisy za okres od dnia 18-04-2026 r. – do dnia 27-04-2026 r. KUCHNIA SZPITALNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
SOBOTA 25.04.2026 r.	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż na mleku 300 ml (1,7), serek grani 150g (7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), gulasz wieprzowy gotowany w jarzynach 290g (1,6,7,8,9), kasza jęczmienna gotowana na sypko 250g (1) napar herbaciany 250ml (1)		Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), sałatka z sałaty, roszponki i natki pietruszki z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120 g	Wartość energetyczna (kcal) 2087,8, białko ogółem (g) 64,9 g, tłuszcz ogółem (g) 51,4, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 19,8, węglowodany ogółem (g) 251,4 w tym cukry proste (g) 35,7, błonnik pokarmowy (g) 23,8, sód (mg) 1835
	4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Serek grani 150g (7), kiełbasa szynkowa 30g (1,10), papryka czerwona 50 g na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 70 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	kanapka wiosenna z blokiem drobiowym (1,10)	Zupa ziemniaczana z zacierką 300 ml (1,3,6,7,8,9), kiełbaski rumuńskie 100g (1,3,6,7,8,9,10), surówka z jarzyn mieszanych 100g (1,6,8,9), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka z serkiem (1,7)	Szynka gotowana 50g (1,10), twaróg krajanka 30g (7), surówka z selera naciowego, ogórka kiszzonego i jabłka z sosem winegret 50g (9,10), masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Jabłko 120 g	Wartość energetyczna (kcal) 2011,4, białko ogółem (g) 82,1, tłuszcz ogółem (g) 73,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 29,7, węglowodany ogółem (g) 242, w tym cukry proste (g) 26,5, błonnik pokarmowy (g) 27, sód (mg) 2143,8
NIEDZIELA 26.04.2026 r.	1. dieta podstawowa	Serdelka na gorąco 80g (1,10), ser topiony 30g (1,7), pomidor 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa z mlekiem 250 ml (1,7)		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (1,6,7,8,9,10), kotlet drobiowy smażony 100g (1,3,6,7,8,9), surówka z kapusty pekińskiej 100g (3,7,10), ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)		Ser żółty 50g (1,7), blok drobiowy 30 g (1,10) na sałacie, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Jogurt naturalny 150g (7)	Wartość energetyczna (kcal) 2118,5, białko ogółem (g) 86,1, tłuszcz ogółem (g) 64,9, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 26,4 węglowodany ogółem (g) 259,7, w tym cukry proste (g) 41,7, błonnik pokarmowy (g) 24,9, sód (mg) 2054,7

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 27.04.2026 r.	1 podstawowa	Zacierka na mleku 300ml (1,10), pasta ryбно-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, miód 25 g, masło 17g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem z sosem mięsno-pomidorowym z soją 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka z sałaty, roszponki i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 40 g (1), chleb mieszany 70 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2052,6, białko ogółem (g) 87,5, tłuszcz ogółem (g) 75,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39,8, węglowodany ogółem (g) 259,8, w tym cukry proste (g) 20,9, błonnik pokarmowy (g) 24,8, sód (mg) 2056,5
	2 łatwostrawna	Zacierka na mleku 300ml (1,10), pasta ryбно-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, miód 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem z sosem mięsno-pomidorowym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka z sałaty, roszponki i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2042,7, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 74,1, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 38,1, węglowodany ogółem (g) 255,8, w tym cukry proste (g) 19,08, błonnik pokarmowy (g) 23,8 sód (mg) 2140,1
	3 dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 300ml (1,10), pasta ryбно-twarogowa 50g (4,7) na sałacie, miód 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)		Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), makaron gotowany ze szpinakiem z sosem mięsnym 350g (1,6,7,8,9,10), napar herbaciany 250ml (1)		Pasta z kurczaka 50 g (1,10), miód 25g, sałatka z sałaty, roszponki i rukoli z sosem winegret 25 g, masło 17 g (7), chleb mieszany 105 g (1), kawa zbożowa napar bez cukru 250 ml (1)	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2087,3, białko ogółem (g) 80,1, tłuszcz ogółem (g) 43,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 23,1 węglowodany ogółem (g) 256,3, w tym cukry proste (g) 19,87, błonnik pokarmowy (g) 22,1, sód (mg) 2104,4

	1	2	3	4	5	6	7
	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
PONIEDZIAŁEK 27.04-.2026 r. 4 dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Pasta ryбно-twarogowa (4,7) na sałacie, blok szynkowy 30g (1,10), sałatka z rzodkiewki 50g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g (1), herbata czarna napar bez cukru 250 ml (1)	Kanapka wiosenna z kiełbasą szynkową (1,10)	Zupa jarzynowa 300 ml (1,6,7,8,9,10), pieczeń rzymska 90g (1,3,6,7,8,9,10), surówka z białej kapusty i pora 100g, ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g, napar herbaciany 250ml (1)	kanapka wiosenna z serkiem (1,7)	Pasta z kurczaka 50 g (1,10), ser topiony „zegarki” 18g (1,7), sałatka z sałaty, rozszponki i rukoli z sosem winegret 25g, masło 17 g (7), chleb razowy 80 g (1), chleb mieszany 35 g, herbata czarna napar bez cukru 250 ml	Kisiel z jabłkiem 150g	Wartość energetyczna (kcal) 2021,7, białko ogółem (g) 90, tłuszcz ogółem (g) 71,8, w tym kwasy tłuszczowe nasycone (g) 39,8, węglowodany ogółem (g) 248,8, w tym cukry proste (g) 19,9, błonnik pokarmowy (g) 25,81 sól (mg) 2134,1

Alergeny występujące w posiłkach

Alergen nr 1 - Mąki zawierające gluten tj. z pszenicy, żyta, jęczmienia, owsa, orkiszu i produkty pochodne;

Alergen nr 2 – Skorupiaki i produkty pochodne;

Alergen nr 3 - Jaja i produkty pochodne;

Alergen nr 4 – Ryby i produkty pochodne;

Alergen nr 5 – Produkty zawierające niewielkie ilości orzeszków ziemnych (arachidowych);

Alergen nr 6 – Produkty zawierające soję i produkty pochodne;

Alergen nr 7 – Mleko i produkty pochodne;

Alergen nr 8 – Orzechy;

Alergen nr 9 – Seler i produkty pochodne;

Alergen nr 10 – Gorczyca i produkty pochodne;

Alergen nr 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne;

Alergen nr 12 – Dwutlenek siarki

Alergen nr 13 – Łubin