

Czwartek 2026-01-15

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Zacierka na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; Zacierka babunia 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony z fasolą szpital 610.0g (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 30.00g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; marchew 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Gulasz wysmienity szpital 160.0g (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 10.00g; papryka czerwona, słodka 10.00g Surówka z białej rzodkwi szpital 185.0g (3, 10) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 150.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; marchew 10.00g; majonez lekki (light) 10.00g; szczypiorek 5.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	Danio 130.00g;	chleb żytni razowy 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Zacierka na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; Zacierka babunia 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; cukinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony szpital 580.0g (9) Składniki: woda 346.21g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 15.05g; pietruszka, korzeń 15.05g; seler korzeniowy 15.05g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Gulasz szpital 140.0g (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g Marchew z groszkiem 145.1g (7) Składniki: marchew 130.00g; groszek zielony, mrożony 10.00g; masło ekstra 3.21g; koper ogrodowy 1.06g; cukier, biały 0.80g; sól morska jodowana 0.06g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	Danio 130.00g; herbatniki 18.00g; (1, 6, 7)	chleb zwykły 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony z fasolą szpital 610.1g (9) Składniki: woda 346.20g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 30.00g; pietruszka, korzeń 15.10g; seler korzeniowy 15.10g; marchew 15.10g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Gulasz szpital 140.0g (1, 7) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; marchew 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; cebula 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g Surówka z białej rzodkwi szpital 170.0g (3, 10) Składniki: rzodkiew japońska (daikon), surowa 137.84g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 9.19g; marchew 9.19g; majonez lekki (light) 9.19g; szczypiorek 4.59g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	kefir, 2% tłuszczu 400.00g; (7) herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)	chleb żytni razowy 110.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tulin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Piatek 2026-01-16

Piątek 2026-01-16	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Kasza manna na mleku szpital 265.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g: (1) ser, gouda tusty 50.00g: (7) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g: (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa szczawiowa szpital 553.8g (3, 9) Składniki: woda 291.40g; ziemniaki 112.20g; jaja gotowane 61.70g; szczaw, gotowany, odsączony, bez soli 22.40g; marchew 16.60g; pietruszka, korzeń 15.90g; seler korzeniowy 13.90g; por 13.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.73g Kotlet rybny szpital 123.8g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty kiszonej szpital 170.0g Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 10.00g;	mandarynki 250.00g;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital 113.0g (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 10.00g chleb żytni razowy 75.00g: (1) papryka żółta, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g: (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Kasza manna na mleku szpital 265.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Zupa marchwiowa szpital 419.0g (9) Składniki: woda 204.98g; marchew 102.63g; ziemniaki 78.94g; kasza kukurydziana 11.84g; seler korzeniowy 7.89g; pietruszka, korzeń 7.89g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 4.74g; por 0.08g Kotlet rybny szpital(pieczony) 128.0g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; bułka tarta 15.00g; jaja kurze całe 15.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; fasola szparagowa zielona, gotowana, odsączona, bez soli 150.00g; kisiel w proszku 30.00g;	mandarynki 250.00g;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital 123.0g (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 90.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 10.00g chleb zwykły 75.00g: (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g: (1) ser, gouda tusty 50.00g: (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa szczawiowa z jajkiem szpital 488.7g (3, 9) Składniki: woda 259.70g; ziemniaki 100.00g; jaja gotowane 50.00g; szczaw, gotowany, odsączony, bez soli 20.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; por 11.60g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet rybny szpital(pieczony w piekarniku) 123.8g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z kapusty kiszonej szpital 170.0g Składniki: kapusta kiszona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	mandarynki 250.00g;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital 113.0g (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 10.00g chleb żytni razowy 110.00g: (1) papryka żółta, słodka 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Sobota 2026-01-17

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa Razem E: 2062.2 kcal B 79.2 g T 60.0 g W 318.5 g SFA 17.1 g Cukry 105.7 g Sól 6.2 g Błonnik 34.0 g	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g Kasza jęczmienna na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa z zielonego groszku szpital 488.7g (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; seler korzeniowy 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Risotto w sosie pomidorowym szpital 230.0g (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, łopatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Buraczki szpital 135.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	banan 170.00g;	chleb żytni razowy 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna Razem E: 1971.4 kcal B 76.3 g T 58.7 g W 297.3 g SFA 17.0 g Cukry 104.2 g Sól 5.4 g Błonnik 25.5 g	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g Kasza jęczmienna na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa z zielonego groszku szpital 488.7g (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; seler korzeniowy 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Risotto w sosie pomidorowym szpital 230.0g (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, łopatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Buraczki szpital 125.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	banan 170.00g;	chleb zwykły 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów Razem E: 1839.3 kcal B 70.8 g T 55.7 g W 282.4 g SFA 14.3 g Cukry 66.5 g Sól 6.2 g Błonnik 38.7 g	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa z zielonego groszku szpital 488.7g (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 150.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 20.00g; seler korzeniowy 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Risotto w sosie pomidorowym szpital 230.0g (9) Składniki: ryż biały 70.00g; wieprzowina, łopatka 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z cząstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Buraczki szpital 135.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	kiwi 250.00g;	chleb żytni razowy 110.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tulin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Niedziela 2026-01-18

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g Lane kluski na mleku szpital 270.0g (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 65.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Żupa z kaszy manny szpital 446.1g (1, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital 188.0g (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g Lane kluski na mleku szpital 270.0g (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 65.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Żupa z kaszy manny szpital 446.1g (1, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital 188.0g (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	chleb zwykły 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 65.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Żupa z kaszy manny szpital 446.1g (1, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza manna 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Potrawka z kurczaka z brokułem szpital 188.0g (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; (1, 3)	chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tulin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Poniedziałek 2026-01-19

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Pasta z rybą wędzonej z jajkiem szpital 132.5g (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; jaja kurze całe 15.00g; szczypiorek 4.50g Ryż na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pomidorowa z ryżem szpital 419.0g (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Karkówka z kapustą kiszona i papryką szpital 240.0g (1) Składniki: kapusta kiszona 120.00g; wieprzowina, karkówka 90.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	jabłko 250.00g; biszkopty 10.00g; (1, 3)	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; szczypiorek 2.00g chleb żytni razowy 75.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Ryż na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; cukinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony szpital 580.1g (9) Składniki: woda 346.20g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; marchew 15.10g; pietruszka, korzeń 15.10g; seler korzeniowy 15.10g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Schab gotowany szpital 105.0g (7) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; marchew 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 5.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g; kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 150.00g;	jabłko 250.00g; biszkopty 13.00g; (1, 3)	Pasta z twarogu z ziołami szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 77.80g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 23.34g; zioła prowansalskie 4.86g chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Pasta z rybą wędzonej z jajkiem szpital 132.5g (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; jaja kurze całe 15.00g; szczypiorek 4.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz czerwony z fasolą szpital 610.1g (9) Składniki: woda 346.20g; ziemniaki 100.00g; burak 80.00g; fasola półksiężycowata (limeriska), dojrzałe nasiona 30.00g; pietruszka, korzeń 15.10g; seler korzeniowy 15.10g; marchew 15.10g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 7.53g; por 1.11g Roladki ze schabu szpital 131.5g (10) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; ogórki, konserwowe 11.50g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; papryka czerwona, słodka 10.00g Surówka z kapusty pekińskiej szpital 180.0g Składniki: kapusta pekińska 120.00g; marchew 20.00g; papryka czerwona, słodka 20.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	jabłko 250.00g;	Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; szczypiorek 2.00g chleb żytni razowy 110.00g; (1) rzodkiewka 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Wtorek 2026-01-20

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; papryka żółta, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa jarzynowa szpital 442.4g (1, 7, 9) Składniki: woda 259.10g; ziemniaki 74.90g; fasola szparagowa zielona, mrożona 29.90g; kasza manna 20.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 9.98g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.99g; por 1.16g Pierogi ruskie szpital 267.3g (1, 3, 7) Składniki: ziemniaki 112.53g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; ser twarogowy półtłusty 60.00g; jajka kurze całe 14.75g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	Jogurt owocowy Jogobella 150.00g; herbatniki 10.00g; (1, 6, 7)	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital 116.5g (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza kukurydziana 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Zupa jarzynowa szpital (II) 476.8g (7, 9) Składniki: woda 259.60g; ziemniaki 100.00g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; marchew 20.00g; kapusta biała 20.00g; seler korzeniowy 10.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Budyń mięsny szpital 183.0g (1, 7, 9) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; mąka pszenna, typ 1850 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	Jogurt owocowy Jogobella 150.00g; herbatniki 18.00g; (1, 6, 7)	Pasta z jajek szpital 82.0g (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 59.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; papryka żółta, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa jarzynowa szpital 443.2g (1, 7, 9) Składniki: woda 259.60g; ziemniaki 75.00g; fasola szparagowa zielona, mrożona 30.00g; kasza manna 20.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Pierogi ruskie szpital 267.3g (1, 3, 7) Składniki: ziemniaki 112.53g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; ser twarogowy półtłusty 60.00g; jajka kurze całe 14.75g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	kefir, 1,5% tłuszczu 400.00g; (7)	Pasta z jajek z groszkiem i szczypiorem szpital 116.5g (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 88.50g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; szczypiorek 8.00g chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Środa 2026-01-21

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Płatki owsiane na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) kiełbasa krakowska, sucha 50.00g; (10) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Kapuśniak z pomidorami szpital 606.0g (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 100.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 10.00g; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym 10.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet z piersi kurczaka szpital 140.0g (1, 3) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; bułka tarta 10.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g Surówka z czarnej rzepy 180.0g (7) Składniki: rzepa 150.00g; marchew 10.00g; jabłko 10.00g; śmietana, 12% tłuszczu 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 10.00g;	gruszka 220.00g;	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem 111.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g; czosnek 2.00g chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki owsiane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kuchnia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Lane kluski na rosole szpital 347.8g (1, 3, 9) Składniki: bulion drobiowy 280.00g; marchew 20.00g; mąka pszenna, typ 550 15.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; jaja kurze całe 6.25g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g; sól biała 0.10g Pierś gotowana szpital 100.0g (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g Sos jogurtowy 68.0g (1, 7) Składniki: woda 50.00g; mąka pszenna, typ 1850 15.00g; śmietana, 12% tłuszczu 3.00g Buraczki szpital 129.6g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 124.44g; olej rzepakowy uniwersalny 5.19g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	Gruszka pieczona szpital 220.0g Składniki: gruszka 220.00g	Pasta z twarogu z ziołami szpital 109.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g chleb zwykły 75.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) kiełbasa krakowska, sucha 50.00g; (10) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Kapuśniak z pomidorami szpital 606.0g (9) Składniki: woda 300.00g; kapusta biała 100.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 10.00g; pomidory, czerwone, w puszcze, w soku pomidorowym 10.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Pierś gotowana szpital 100.0g (1) Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry 90.00g; mąka pszenna, typ 500 10.00g Surówka z czarnej rzepy 180.0g (7) Składniki: rzepa 150.00g; marchew 10.00g; jabłko 10.00g; śmietana, 12% tłuszczu 10.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	gruszka 250.00g;	Pasta z twarogu z ziołami i czosnkiem 111.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g; czosnek 2.00g chleb żytni razowy 110.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Czwartek 2026-01-22

Czwartek 2026-01-22	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Makaron na mleku szpital 270.0g (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pieczarkowa szpital 419.0g (7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.29g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Gołąbki szpital 460.0g Składniki: kapusta biała 300.00g; wieprzowina, łopatka 90.00g; ryż biały 70.00g Sos pomidorowy szpital 163.0g (7) Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kiwi 110.00g;	serek wiejski szpital 200.00g; (7)	chleb żytni razowy 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Makaron na mleku szpital 270.0g (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; makaron dwujajeczny 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa krem z dyni szpital 442.2g (7, 9) Składniki: woda 150.00g; dynia piżmowa, surowa 140.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; mięso z ud kurczaka, bez skóry 6.00g; olej rzepakowy tłoczony na zimno 3.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 3.00g; sól morska jodowana 0.20g Pulpet w sosie szpital 114.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Sos pomidorowy szpital 163.0g (7) Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g Marchew z groszkiem 140.0g Składniki: marchew 120.00g; groszek zielony, mrożony 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; ryż biały 70.00g;	serek wiejski szpital 200.00g; (7)	chleb zwykły 75.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pieczarkowa szpital 419.1g (7, 9) Składniki: woda 259.70g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 11.30g; marchew 11.30g; pietruszka, korzeń 11.30g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; pieczarka biała 9.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Gołąbki szpital 460.0g Składniki: kapusta biała 300.00g; wieprzowina, łopatka 90.00g; ryż biały 70.00g Sos pomidorowy szpital 163.0g (7) Składniki: woda 130.00g; śmietana, 18% tłuszczu 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; kiwi 110.00g;	serek wiejski szpital 200.00g; (7)	chleb żytni razowy 110.00g; (1) Indyk w galarecie LUX 60.00g; papryka czerwona, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tufin i produkty pochodne, 14 - mączki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Piątek 2026-01-23

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa Razem E: 2062.3 kcal B 89.2 g T 66.6 g W 294.0 g SFA 21.4 g Cukry 80.4 g Sól 7.1 g Błonnik 38.1 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ser, gouda tusty 50.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ziemniaczana szpital 496.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; Zacierka babunia 20.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Pulpet rybny szpital 127.5g (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 29.50g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z ogórków szpital 138.0g Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	mandarynki 250.00g;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital 113.0g (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 10.00g chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna Razem E: 1989.9 kcal B 93.6 g T 48.7 g W 313.1 g SFA 14.5 g Cukry 96.8 g Sól 6.0 g Błonnik 39.6 g	Płatki jęczmienne na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; płatki jęczmienne 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; cukinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ziemniaczana szpital 496.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; Zacierka babunia 20.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Pulpet rybny szpital 127.5g (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 29.50g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Sos koperkowy szpital 32.0g (1, 7) Składniki: mąka pszenna, typ 1850 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 10.00g; koper ogrodowy 10.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 500.00g; ziemniaki 300.00g; brokuły, gotowane, odsączone, bez soli 150.00g; brokuły, gotowane, odsączone, bez soli 150.00g;	mandarynki 250.00g;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital 123.0g (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 90.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 10.00g chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów Razem E: 1893.2 kcal B 79.8 g T 61.5 g W 273.6 g SFA 18.3 g Cukry 68.3 g Sól 6.8 g Błonnik 39.9 g	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser, gouda tusty 50.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ziemniaczana szpital 496.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; marchew 20.00g; Zacierka babunia 20.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Pulpet rybny szpital 127.5g (3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jaja kurze całe 29.50g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g Surówka z ogórków szpital 138.0g Składniki: ogórek kiszony 100.00g; marchew 20.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	mandarynki 250.00g;	Pasta z kurczaka z warzywami szpital 113.0g (7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 80.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 10.00g chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tulin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Sobota 2026-01-24

Sobota 2026-01-24	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią 121.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g Kasza manna na mleku szpital 265.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital 230.0g (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny 70.00g; wieprzowina, łopatką 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g zupa z fasoli szparagowej 350.00g; (1, 7, 9) kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 18.00g; (1, 6, 7)	chleb żytni razowy 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; papryka żółta, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią 121.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g Kasza manna na mleku szpital 265.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza manna 15.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital 230.0g (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny 70.00g; wieprzowina, łopatką 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g zupa z fasoli szparagowej 350.00g; (1, 7, 9) kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 18.00g; (1, 6, 7)	chleb zwykły 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Pasta z twarogu z koncentratem i bazylią 121.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; bazylia suszona 2.00g; sól biała 1.00g; pieprz czarny 1.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Makaron z sosem mięsno pomidorowym szpital 230.0g (1, 3, 9) Składniki: makaron dwujajeczny 70.00g; wieprzowina, łopatką 60.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 15.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 15.00g; cebula 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g zupa z fasoli szparagowej 350.00g; (1, 7, 9) kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) herbatniki 18.00g; (1, 6, 7)	chleb żytni razowy 110.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; papryka żółta, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
Razem E: 2102.6 kcal B 90.1 g T 61.2 g W 316.1 g SFA 19.4 g Cukry 85.7 g Sól 6.1 g Błonnik 34.0 g				
Razem E: 2005.0 kcal B 87.1 g T 59.9 g W 293.2 g SFA 19.3 g Cukry 85.5 g Sól 5.3 g Błonnik 25.7 g				
Razem E: 1955.3 kcal B 81.4 g T 56.5 g W 300.0 g SFA 16.5 g Cukry 73.9 g Sól 6.1 g Błonnik 37.4 g				

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tufin i produkty pochodne, 14 - mączki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Niedziela 2026-01-25

Niedziela 2026-01-25	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g Kasza jęczmienna na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ryżowa szpital 411.0g (9) Składniki: woda 300.00g; ryż biały 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital 188.0g (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital 135.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g Kasza jęczmienna na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ryżowa szpital 411.0g (9) Składniki: woda 300.00g; ryż biały 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital 188.0g (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital 125.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	chleb zwykły 75.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jajka kurze całe 118.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa ryżowa szpital 411.0g (9) Składniki: woda 300.00g; ryż biały 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Potrawka z kurczaka z groszkiem szpital 188.0g (1, 7) Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry 120.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; marchew 20.00g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 15.00g; mąka pszenna, typ 550 10.00g Buraczki szpital 150.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 133.30g; cebula 11.10g; olej rzepakowy uniwersalny 5.56g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka delikatesowa z kurczaka 50.00g; rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Poniedziałek 2026-01-26

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital 157.5g (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; szczypiorek 4.50g Lane kluski na mleku szpital 270.0g (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa kalafiorowa szpital 576.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; kalafior, mrożony 80.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital 110.0g Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital 170.0g Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	kiwi 250.00g;	Pasta z twarogu z ziołami szpital 109.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Lane kluski na mleku szpital 270.0g (1, 3, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; kluski lane 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; cukinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa pomidorowa z ryżem szpital 419.0g (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Schab gotowany szpital 105.0g (7) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; marchew 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 5.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g; fasola szparagowa zielona, gotowana, odsączona, bez soli 150.00g;	banan 170.00g; wafle ryżowe naturalne 10.00g;	Pasta z twarogu z ziołami szpital 109.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Pasta z ryby wędzonej z jajkiem szpital 157.5g (3, 4, 7) Składniki: makrela, wędzona 90.00g; jaja kurze całe 40.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 23.00g; szczypiorek 4.50g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa kalafiorowa szpital 576.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; kalafior, mrożony 80.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Bitki ze schabu szpital 110.0g Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 10.00g Surówka z kapusty czerwonej szpital 170.0g Składniki: kapusta czerwona 120.00g; jabłko 20.00g; marchew 20.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	kiwi 250.00g;	Pasta z twarogu z ziołami szpital 109.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; zioła prowansalskie 5.00g chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka czerwona, słodka 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Wtorek 2026-01-27

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
15.01-28.01.2026 Dieta Podstawowa	Jajecznica ze szpinakiem szpital 183.5g (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g Ryż na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2194.1 kcal B 99.1 g T 75.0 g W 276.1 g SFA 28.1 g Cukry 76.0 g Sól 5.7 g Błonnik 27.2 g	Zupa krem z cukinii 506.0g (7) Składniki: cukinia 181.53g; woda 158.13g; ziemniaki 94.88g; jogurt grecki, 10% tłuszczu 31.63g; cebula 22.14g; oliwa z oliwek 10.12g; czosnek 3.80g; pietruszka, liście 1.90g; sól biała 0.63g; pieprz biały 0.63g; tymianek suszony 0.63g Naleśniki z serem i sosem owocowym szpital 304.8g (1, 3, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 100.00g; mąka pszenna, typ 500 70.00g; truskawki, mrożone 60.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 60.00g; jaja kurze całe 14.75g Sok marchwiowy Vitaminka 330.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (7)	chleb żytni razowy 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajecznica ze szpinakiem szpital 173.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g Ryż na mleku szpital 270.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 250.00g; ryż biały 20.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1801.2 kcal B 79.3 g T 61.2 g W 222.4 g SFA 21.8 g Cukry 65.3 g Sól 3.8 g Błonnik 14.5 g	Zupa z kukinii szpital 506.0g (7, 9) Składniki: woda 262.78g; ziemniaki 101.20g; cukinia 91.08g; marchew 11.43g; pietruszka, korzeń 11.43g; seler korzeniowy 11.43g; śmietana, 18% tłuszczu 10.12g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.71g; por 0.84g Makaron z twarogiem szpital 160.0g (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 80.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 10.00g Sos truskawkowy szpital 80.0g (7) Składniki: truskawki, mrożone 50.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 30.00g Sok marchwiowy Vitaminka 330.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (7)	chleb zwykły 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
15.01-28.01.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Jajecznica ze szpinakiem szpital 183.5g (3, 7) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; masło śmietankowe 7.50g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; czosnek 3.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1878.2 kcal B 77.1 g T 64.7 g W 260.8 g SFA 23.1 g Cukry 64.5 g Sól 6.7 g Błonnik 29.1 g	Zupa z kukinii szpital 506.0g (7, 9) Składniki: woda 262.78g; ziemniaki 101.20g; cukinia 91.08g; marchew 11.43g; pietruszka, korzeń 11.43g; seler korzeniowy 11.43g; śmietana, 18% tłuszczu 10.12g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.71g; por 0.84g Makaron z twarogiem szpital 160.0g (1, 7) Składniki: ser twarogowy półtłusty, bez laktozy 80.00g; makaron świderki (GLUTENEX) 70.00g; margaryna miękka, 80% tłuszczu 10.00g Sos truskawkowy szpital 80.0g (7) Składniki: truskawki, mrożone 50.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 30.00g sok pomidorowy 330.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (7)	chleb żytni razowy 110.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE