

Czwartek 2026-01-29

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 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; parówki z kurczaka 80.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz biały szpital 393.2g (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 50.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Pulpet w sosie szpital 114.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.80g; bułka tarta 10.00g Surówka z białej kapusty szpital 140.7g Składniki: kapusta biała 114.08g; marchew 9.51g; cebula 9.51g; olej rzepakowy uniwersalny 4.75g; koper ogrodowy 2.85g; pieprz czarny 0.02g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	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;
29.01-11.02.2026 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; parówki z kurczaka 80.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa 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 Pulpet w sosie szpital 114.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 10.00g Marchew z jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	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;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewidywalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) parówki z kurczaka 80.00g; ogórek 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Barszcz biały szpital 393.2g (3, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; jaja kurze całe 50.00g; Barszcz biały WINIARY 15.00g; marchew 14.80g; pietruszka, korzeń 14.20g; seler korzeniowy 12.40g; chrzan 10.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; por 1.16g Pulpet w sosie szpital 114.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.80g; bułka tarta 10.00g Surówka z białej kapusty szpital 140.7g Składniki: kapusta biała 114.08g; marchew 9.51g; cebula 9.51g; olej rzepakowy uniwersalny 4.75g; koper ogrodowy 2.85g; pieprz czarny 0.02g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 2% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty bez dodatku cukru 10.00g; (1, 3)	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 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Piątek 2026-01-30

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	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 koperkowa szpital 521.0g (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; kasza kukurydziana 15.00g; włoścyczna suszona (Kucharek) 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Ryba szpital 143.5g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.60g; jaja kurze całe 29.70g; bułka tarta 10.10g; olej rzepakowy uniwersalny 8.06g; mąka pszenna, typ 1850 5.04g Surówka z kapusty kiszanej 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 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;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	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 zwykły 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;	Zupa koperkowa szpital 521.0g (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; kasza kukurydziana 15.00g; włoścyczna suszona (Kucharek) 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet rybny pieczony w piekarniku szpital 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; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; 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;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	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 koperkowa szpital 521.0g (9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; koper ogrodowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; kasza kukurydziana 15.00g; włoścyczna suszona (Kucharek) 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Kotlet rybny pieczony w piekarniku szpital 143.5g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 104.36g; jaja kurze całe 17.10g; bułka tarta 12.76g; olej rzepakowy uniwersalny 9.28g Surówka z kapusty kiszanej 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 - tulin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

JADŁOSPIS

29.01-11.02.2026

Sobota 2026-01-31

29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa

Razem E: 2029.1 kcal | B 82.7 g | T 63.0 g | W 298.0 g | SFA 16.9 g | Cukry 73.0 g | Sól 6.2 g | Błonnik 30.3 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 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)** 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;

Jogurt owocowy Jogobella 150.00g;

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;

29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna

Razem E: 1944.9 kcal | B 80.1 g | T 61.8 g | W 278.0 g | SFA 16.8 g | Cukry 72.2 g | Sól 5.4 g | Błonnik 21.9 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 manna na mleku szpital 270.0g **(1, 7)**
Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 254.72g; kasza manna 15.28g

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 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;

Jogurt owocowy Jogobella 150.00g;

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;

29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów

Razem E: 1907.2 kcal | B 81.1 g | T 60.6 g | W 275.8 g | SFA 18.0 g | Cukry 77.6 g | Sól 6.6 g | Błonnik 33.7 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;
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 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;

kefir, 1,5% tłuszczu 400.00g; **(7)**

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 2026-02-01

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g 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) ogórek 65.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2009.6 kcal B 87.6 g T 50.3 g W 319.0 g SFA 16.1 g Cukry 94.5 g Sól 5.2 g Błonnik 38.2 g	Zupa 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;	banan 170.00g;	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;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g 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 zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 65.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1874.9 kcal B 84.8 g T 49.0 g W 287.9 g SFA 15.8 g Cukry 85.0 g Sól 4.5 g Błonnik 31.4 g	Zupa z kaszy manny szpital 451.1g (1, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 100.00g; kasza manna 25.00g; marchew 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 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;	mandarynki 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;
29.01-11.02.2026 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; Razem E: 1803.2 kcal B 77.1 g T 44.2 g W 292.8 g SFA 12.8 g Cukry 74.4 g Sól 5.1 g Błonnik 41.0 g	Zupa 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;	gruszka 250.00g;	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;

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

Poniedziałek 2026-02-02

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g 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) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Krupnik szpital 506.0g (1, 7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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; kisiel w proszku 30.00g;	Danio 130.00g;	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 chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g 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; cukinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Krupnik 506.0g (1, 9) Składniki: woda 332.89g; wieprzowina, żeberka 66.58g; ziemniaki 33.29g; marchew 23.30g; cebula 16.64g; kasza jęczmienna, perlowa 15.98g; seler korzeniowy 6.88g; pietruszka, korzeń 5.99g; czosnek 2.22g; pietruszka, liście 0.89g; sól morską jodowaną 0.67g; liść laurowy 0.22g; ziele angielskie całe 0.22g; pieprz czarny 0.22g Schab gotowany szpital 105.0g (7) Składniki: wieprzowina, schab surowy bez kości 90.00g; marchew 10.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 5.00g Buraczki szpital 135.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g ziemniaki 300.00g; kisiel w proszku 30.00g;	Danio 130.00g;	chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	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) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Krupnik szpital 506.0g (1, 7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; kasza jęczmienna, perlowa 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g 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; kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 180.00g; (7)	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 chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 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 2026-02-03

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	Jajecznica szpital 126.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g 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) papryka żółta, słodka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1984.9 kcal B 81.1 g T 58.4 g W 282.0 g SFA 18.2 g Cukry 72.1 g Sól 5.2 g Błonnik 31.2 g	Zupa ogórkowa szpital 490.3g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; ogórek kiszony 40.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Spaghetti (penne) szpital 240.0g Składniki: wieprzowina, łopatka 92.70g; makaron penne (Incola) 72.10g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 51.50g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.39g; cebula 10.30g Sok marchwiowy Vitaminka 330.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	chleb żytni razowy 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajecznica ze szpinakiem szpital 173.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g 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) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1860.8 kcal B 78.5 g T 52.4 g W 264.6 g SFA 16.7 g Cukry 72.9 g Sól 3.8 g Błonnik 25.6 g	Zupa ryżowa szpital 406.0g (9) Składniki: woda 300.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; marchew 20.00g; ryż biały 20.00g; por 10.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g Spaghetti (penne) szpital 223.0g Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; makaron penne (Incola) 70.00g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 50.00g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.00g Sok marchwiowy Vitaminka 330.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g;	chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	Jajecznica szpital 126.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; olej rzepakowy uniwersalny 8.00g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) papryka żółta, słodka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1840.3 kcal B 72.9 g T 54.5 g W 282.3 g SFA 15.4 g Cukry 68.7 g Sól 6.9 g Błonnik 35.7 g	Zupa ogórkowa szpital 490.3g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; ogórek kiszony 40.00g; marchew 11.29g; pietruszka, korzeń 11.29g; seler korzeniowy 11.29g; śmietana, 18% tłuszczu 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 5.64g; por 0.83g Spaghetti (penne) szpital 240.0g Składniki: wieprzowina, łopatka 92.70g; makaron penne (Incola) 72.10g; przecier pomidorowy (sos) z częstkami pomidorów, w puszcze 51.50g; koncentrat pomidorowy, 30% 13.39g; cebula 10.30g sok pomidorowy 330.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	pomarańcza 250.00g; wafle ryżowe naturalne 15.00g;	chleb żytni razowy 110.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; szynka staropolska 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

Środa 2026-02-04

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	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) kiełbasa krakowska, sucha 50.00g; (10) ogórek 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa porowa szpital 541.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 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 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 ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	jabłko 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 75.00g; (1) chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	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; cukinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Zupa makaronowa szpital 406.0g (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; makaron dwujajeczny 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g 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 ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g; fasola szparagowa zielona, gotowana, odsączona, bez soli 150.00g;	jabłko 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 zwykły 75.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewidywalnych 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;	Zupa porowa szpital 541.0g (7, 9) Składniki: woda 300.00g; ziemniaki 100.00g; por 55.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; seler korzeniowy 20.00g; śmietana, 18% tłuszczu 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 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 ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	jabłko 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 2026-02-05

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	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) szynka konserwowa 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1965.9 kcal B 95.7 g T 61.6 g W 274.6 g SFA 21.1 g Cukry 63.7 g Sól 8.1 g Błonnik 33.7 g	Zupa jarzynowa szpital 443.2g (1, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; 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 Kotlet mielony szpital 124.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	serek wiejski szpital 200.00g; (7)	Salatka jarzynowa tradycyjna 150.0g (3, 7, 9, 10) Składniki: marchew, gotowana, odsączona, bez soli 30.00g; ogórek kiszony 20.00g; jabłko 18.80g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 17.00g; por 15.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 12.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; majonez domowy z olejem rzepakowym 7.50g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 6.90g; musztarda 2.50g; sól morską jodowana 0.10g; pieprz czarny 0.10g; ziola prowansalskie 0.10g 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;
29.01-11.02.2026 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; chleb zwykły 75.00g; (1) szynka konserwowa 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1774.8 kcal B 92.5 g T 56.0 g W 237.1 g SFA 20.6 g Cukry 61.8 g Sól 9.8 g Błonnik 25.6 g	Zupa jarzynowa szpital (II) 476.8g (7, 9) Składniki: woda 259.66g; 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 Kotlet mielony pieczony w piekarniku- szpital 125.0g (1, 3) Składniki: wieprzowina, szynka surowa 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; bułka tarta 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; sól morską 3.00g; pieprz czarny 2.00g 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;	serek wiejski szpital 200.00g; (7)	Salatka jarzynowa tradycyjna 82.1g (7, 9, 10) Składniki: marchew, gotowana, odsączona, bez soli 28.13g; jabłko 17.63g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 15.00g; pietruszka, korzeń 9.38g; seler korzeniowy 9.38g; musztarda 2.34g; sól morską jodowana 0.09g; pieprz czarny 0.09g; ziola prowansalskie 0.09g chleb zwykły 75.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
29.01-11.02.2026 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; Razem E: 1850.0 kcal B 87.2 g T 56.7 g W 266.9 g SFA 18.1 g Cukry 51.9 g Sól 8.1 g Błonnik 37.4 g	Zupa jarzynowa szpital 443.2g (1, 7, 9) Składniki: woda 259.66g; ziemniaki 75.02g; 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 Kotlet mielony pieczony w piekarniku szpital 124.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; cebula 10.00g; bułka tarta 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; kasza jęczmienna, perłowa 70.00g; (1)	serek wiejski szpital 200.00g; (7)	Salatka jarzynowa tradycyjna 150.0g (3, 7, 9, 10) Składniki: marchew, gotowana, odsączona, bez soli 30.00g; ogórek kiszony 20.00g; jabłko 18.80g; groszek zielony, w puszcze, bez soli, po odsączeniu 17.00g; por 15.00g; kukurydza żółta, ziarna, w puszcze, po odsączeniu 12.00g; pietruszka, korzeń 10.00g; seler korzeniowy 10.00g; majonez domowy z olejem rzepakowym 7.50g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 6.90g; musztarda 2.50g; sól morską jodowana 0.10g; pieprz czarny 0.10g; ziola prowansalskie 0.10g 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

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Piątek 2026-02-06

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	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) ser, gouda tłusty 50.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2130.3 kcal B 84.7 g T 68.4 g W 310.8 g SFA 22.2 g Cukry 78.8 g Sól 7.0 g Błonnik 38.1 g	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 Kotlet rybny szpital 123.8g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jajka kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; 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;	gruszka 250.00g;	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;
29.01-11.02.2026 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) szynka z piersi kurczaka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1948.9 kcal B 79.5 g T 53.6 g W 300.7 g SFA 15.2 g Cukry 83.1 g Sól 5.4 g Błonnik 30.8 g	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 Kotlet rybny pieczony w piekarniku szpital 127.5g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 92.73g; jajka kurze całe 15.20g; bułka tarta 11.33g; olej rzepakowy uniwersalny 8.24g 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 Pomidory z olejem 150.0g Składniki: pomidory, czerwone 144.23g; olej rzepakowy uniwersalny 5.77g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	Gruszka pieczona szpital 250.0g Składniki: gruszka 250.00g	Pasta z jajek szpital 98.0g (3, 7) Składniki: jajka kurze całe 70.50g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 27.50g chleb zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) ser, gouda tłusty 50.00g; (7) rzodkiewka 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1966.4 kcal B 75.9 g T 63.8 g W 290.4 g SFA 19.2 g Cukry 66.9 g Sól 7.0 g Błonnik 41.4 g	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 Kotlet rybny pieczony w piekarniku szpital 123.8g (1, 3, 4) Składniki: morszczuk, świeży 90.00g; jajka kurze całe 14.75g; bułka tarta 11.00g; 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;	gruszka 250.00g;	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

Sobota 2026-02-07

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 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 Zacierka na mleku szpital 265.0g (7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 245.37g; Zacierka babunia 19.63g 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) kissiel w proszku 30.00g;	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (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;
29.01-11.02.2026 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 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 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) kissiel w proszku 30.00g;	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (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;
29.01-11.02.2026 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) kissiel w proszku 30.00g;	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 330.00g; (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;

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 - tlen i produkty pochodne, 14 - miękzaki i produkty pochodne

Niedziela 2026-02-08

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g 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) pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 2017.0 kcal B 89.6 g T 55.2 g W 309.1 g SFA 16.5 g Cukry 76.8 g Sól 6.1 g Błonnik 40.5 g	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 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;	kiwi 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;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajko na miękko szpital 118.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g 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 zwykły 75.00g; (1) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1937.3 kcal B 85.9 g T 53.1 g W 291.9 g SFA 16.2 g Cukry 84.9 g Sól 5.3 g Błonnik 28.7 g	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 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;	banan 170.00g;	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;
29.01-11.02.2026 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) pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; Razem E: 1847.9 kcal B 80.2 g T 50.0 g W 288.6 g SFA 13.4 g Cukry 64.8 g Sól 5.8 g Błonnik 42.4 g	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 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;	kiwi 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 - tłubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS W TRAKCIE MOŻE ULEC ZMIANIE

Poniedziałek 2026-02-09

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 Dieta Podstawowa	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g Kasza manna na mleku szpital 270.0g (1, 7) Składniki: mleko spożywcze, 2% tłuszczu 254.72g; kasza manna 15.28g herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 75.00g; (1) papryka żółta, słodka 50.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; 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 pieczeń rzymska szpital 114.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 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; kompot z jabłek 250.00g;	mandarynki 250.00g;	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 chleb żytni razowy 75.00g; (1) ogórek kiszony 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; Margaryna smakowita 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	Pasta z twarogu szpital 100.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 75.47g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 22.64g; sól biała 1.89g 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) marchew 60.00g; 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 Kotlet mielony pieczony w piekarniku- szpital 125.0g (1, 3) Składniki: wieprzowina, szynka surowa 90.00g; jaja kurze całe 15.00g; bułka tarta 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g; sól morska 3.00g; pieprz czarny 2.00g Pomidory z olejem 156.0g Składniki: pomidory, czerwone 150.00g; olej rzepakowy uniwersalny 6.00g ziemniaki 300.00g; kompot z jabłek 250.00g;	mandarynki 250.00g;	kućinia 100.00g; chleb zwykły 75.00g; (1) Kurczak gotowany 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	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) papryka żółta, słodka 50.00g; dżem truskawkowy, niskosłodzony 30.00g; 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 pieczeń rzymska szpital 114.8g (1, 3) Składniki: wieprzowina, łopatka 90.00g; jaja kurze całe 14.75g; bułka tarta 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; kompot z jabłek 250.00g;	mandarynki 250.00g;	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 chleb żytni razowy 110.00g; (1) ogórek kiszony 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

Wtorek 2026-02-10

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 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 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) chleb zwykły 25.00g; (1) 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 wysmienity szpital 160.0g (1, 7) Składniki: wieprzowina, topatka 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 Marchew z jabłkiem szpital 390.0g Składniki: herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew 120.00g; jabłko 20.00g kopytka 200.00g: (1, 3)	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	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;
29.01-11.02.2026 Dieta Lekkostrawna	Jajecznica ze szpinakiem szpital 173.0g (3) Składniki: jaja kurze całe 118.00g; szpinak, mrożony 50.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g 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 zwykły 25.00g; (1) 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, topatka 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 jabłkiem szpital 140.0g Składniki: marchew 120.00g; jabłko 20.00g kopytka 200.00g: (1, 3) kisiel w proszku 30.00g;	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	chleb zwykły 75.00g; (1) szynka staropolska 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g;
29.01-11.02.2026 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;	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 wysmienity szpital 160.0g (1, 7) Składniki: wieprzowina, topatka 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 Marchew z jabłkiem szpital 390.0g Składniki: herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; marchew 120.00g; jabłko 20.00g kopytka 200.00g: (1, 3)	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 180.00g; (7) biszkopty 10.00g; (1, 3)	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

Środa 2026-02-11

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	kolacja
29.01-11.02.2026 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) Schab nie ze wsi 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Rosół szpital 406.0g (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; makaron dwujajeczny 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g Udko duszone szpital 217.0g (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g Mizeria szpital 149.9g (7) Składniki: ogórek 124.10g; śmietana, 18% tłuszczu 15.50g; cebula 10.30g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 250.00g;	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 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;
29.01-11.02.2026 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) Schab nie ze wsi 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; Margaryna smakowita 20.00g;	Rosół szpital 406.0g (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; makaron dwujajeczny 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g Udko gotowane szpital 209.7g Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 206.70g; olej rzepakowy uniwersalny 3.00g Buraczki szpital 135.0g Składniki: buraki gotowane, odsączone, bez soli 120.00g; cebula 10.00g; olej rzepakowy uniwersalny 5.00g Sos jogurtowy 68.0g (1, 7) Składniki: woda 50.00g; mąka pszenna, typ 1850 15.00g; śmietana, 12% tłuszczu 3.00g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 250.00g;	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 2.00g chleb zwykły 75.00g; (1) dżem brzoskwiinowy, niskosłodzony 30.00g; Margaryna smakowita 20.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 20.00g; sałata masłowa 12.00g;
29.01-11.02.2026 Dieta Z Ograniczeniem Łatwo Przewajalnych Węglowodanów	herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g; chleb żytni razowy 110.00g; (1) Schab nie ze wsi 50.00g; pomidory, czerwone 50.00g; chleb zwykły 25.00g; (1) Margaryna smakowita 20.00g;	Rosół szpital 406.0g (1, 3, 9) Składniki: woda 300.00g; makaron dwujajeczny 25.00g; seler korzeniowy 20.00g; pietruszka, korzeń 20.00g; marchew 20.00g; por 10.00g; mięso z ud kurczaka, ze skórą 6.00g; włoszczyzna suszona (Kucharek) 5.00g Udko gotowane w sosie szpital 217.0g (10) Składniki: mięso z ud kurczaka, ze skórą 200.00g; olej rzepakowy uniwersalny 10.00g; cebula 5.00g; curry w proszku 2.00g Mizeria szpital 149.9g (7) Składniki: ogórek 124.10g; śmietana, 18% tłuszczu 15.50g; cebula 10.30g ziemniaki 300.00g; herbata czarna, parzona, napar z cukrem 250.00g;	jabłko 250.00g;	Pasta z twarogu szpital 106.0g (7) Składniki: ser twarogowy półtłusty 80.00g; mleko spożywcze, 2% tłuszczu 24.00g; sól biała 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