

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-11

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznica smażona ze szczypiorkiem 140g (**JAJ, MLE**), Szyunka 1Por (**SOJ**), Papryka świeża 25Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Kotlet schabowy smażony 150g (**GLU, JAJ**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa bukowa 30g (**GOR**), Twarożek ze szczypiorkiem 35Por (**MLE**), Paszтет drobiowy 1Por (**GLU, JAJ, SOJ**), Ogórek kiszony 30Por ,

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2641.09 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.14 g; suma cukrów prostych: 110.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.18 g; Sód: 2686.51 mg; Sól: 6.73 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznica na parze 140g (**JAJ**), Szyunka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Lekka zielona sałatka L 100g (**JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), filet maślany 40g (**MLE**), Twarożek 40Por (**MLE**),

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.80 kcal; Białko ogółem: 123.93 g; Tłuszcz: 79.60 g; Węglowodany ogółem: 323.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; suma cukrów prostych: 110.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.27 g; Sód: 2609.72 mg; Sól: 6.53 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznica smażona ze szczypiorkiem 140g (**JAJ, MLE**), Szyunka 1Por (**SOJ**), Papryka świeża 25Por ,

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por (**GLU, SOJ, MLE**),

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Jabłko 150Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa bukowa 30g (**GOR**), Twarożek ze szczypiorkiem 35Por (**MLE**), ser żółty 20g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2618.55 kcal; Białko ogółem: 135.95 g; Tłuszcz: 104.26 g; Węglowodany ogółem: 301.07 g; Błonnik pokarmowy: 35.07 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 52.12 g; Sód: 3253.81 mg; Sól: 8.14 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznica smażona ze szczypiorkiem 140g (**JAJ, MLE**), Szyunka 1Por (**SOJ**), Papryka świeża 25Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Kotlet warzywny smażony 90g (**GLU, JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Kapusta czerwona gotowana 150g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Lekka zielona sałatka L 100g (**JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), filet maślany 25g (**MLE**), Twarożek ze szczypiorkiem 35Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-11

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Posiłek nocny: Banan 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.47 kcal; Białko ogółem: 103.02 g; Tłuszcz: 95.33 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; Błonnik pokarmowy: 32.03 g; suma cukrów prostych: 113.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.73 g; Sód: 2769.34 mg; Sól: 6.93 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-12

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), Ser żółty 1Por ( **MLE** ), Ogórek konserwowy 30Por ( **GOR** ),

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Krokiety ziemniaczane z serem smażone 200g ( **GLU, JAJ, MLE** ), Sos pieczarkowy 100g ( **GLU, MLE** ), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g ( **MLE** ), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka z Wielichowa 30g , Serek śremski 40g ( **MLE** ), Ser topiony plastry 1Por ( **MLE** ), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2299.34 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 85.43 g; Węglowodany ogółem: 310.67 g; Błonnik pokarmowy: 33.09 g; suma cukrów prostych: 89.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.77 g; Sód: 2461.35 mg; Sól: 6.16 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE** ), Pomidor 30Por ,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Szynka wieprzowa duszona 100g ( **SEL** ), Sos koperkowy 100g ( **GLU, MLE** ), Kasza jęczmienna gotowana 150g ( **GLU** ), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g ( **MLE** ), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka z Wielichowa 30g , Serek śremski 40g ( **MLE** ), Jajko gotowane na miękko 70g ( **JAJ** ), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.52 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 292.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.51 g; suma cukrów prostych: 83.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.60 g; Sód: 2217.60 mg; Sól: 5.55 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE** ), Ogórek konserwowy 30Por ( **GOR** ),

2. śniadanie: kanapka z masłem i wędliną 1Por ( **GLU, SOJ, MLE** ),

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Szynka wieprzowa duszona 100g ( **SEL** ), Sos pieczarkowy 50g ( **GLU, MLE** ), Kasza jęczmienna gotowana 120g ( **GLU** ), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g ( **MLE** ), Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Kiwi 1Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka z Wielichowa 30g , Jajko gotowane na miękko 70g ( **JAJ** ), Serek śremski 40g ( **MLE** ), Ogórek kiszony 30Por , Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-12**

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.19 kcal; Białko ogółem: 112.57 g; Tłuszcz: 85.25 g; Węglowodany ogółem: 288.96 g; Błonnik pokarmowy: 37.36 g; suma cukrów prostych: 62.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.51 g; Sód: 2892.00 mg; Sól: 7.24 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka gotowana 25g ( **SOJ** ), Ser żółty 1Por ( **MLE** ), Ogórek konserwowy 30Por ( **GOR** ), Pomidor 30Por ,

Obiad: Zupa krem brokułowa 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Krokietki ziemniaczane z serem smażone 200g ( **GLU, JAJ, MLE** ), Sos koperkowy 100g ( **GLU, MLE** ), Surówka z marchwi z rzodkwią 150g ( **MLE** ), Kompot wielowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka z Wielichowa 20g , Serek śremski 40g ( **MLE** ), Jajko gotowane na miękko 70g ( **JAJ** ), Ser topiony plastry 1Por ( **MLE** ), Papryka świeża 25Por , Ogórek kiszony 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.41 kcal; Białko ogółem: 97.34 g; Tłuszcz: 93.61 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; Błonnik pokarmowy: 32.94 g; suma cukrów prostych: 89.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.99 g; Sód: 2699.10 mg; Sól: 6.75 g;

**Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-13**

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), polędwica sopocka 30g ( **SOJ** ), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE** ), Pomidor 30Por ,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Kotlet mielony z kurczaka gotowany 90g ( **GLU, JAJ** ), Sos curry 100g ( **GLU, MLE** ), Ryż gotowany 150g , Buraczki gotowane 150g , Kompot wielowocowy 250g ,

Kolacja: Pizza pieczona 130g ( **GLU, JAJ, MLE** ), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), Rukola 4Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g ( **MLE** ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2607.20 kcal; Białko ogółem: 123.18 g; Tłuszcz: 93.55 g; Węglowodany ogółem: 330.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g; suma cukrów prostych: 81.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.69 g; Sód: 3241.09 mg; Sól: 8.11 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE** ), polędwica sopocka 30g ( **SOJ** ), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE** ), Pomidor 30Por , Rukola 4Por ,

Obiad: Zupa ziemniaczana - krem 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Kotlet mielony z kurczaka gotowany 90g ( **GLU, JAJ** ), Sos pomidorowy 100g ( **GLU, MLE** ), Ryż gotowany 150g , Buraczki gotowane 150g , Kompot wielowocowy 250g ,

Kolacja: Sałatka wiosenna L 150g ( **JAJ, MLE** ), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), Twarożek 40Por ( **MLE** ),

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g ( **MLE** ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2261.03 kcal; Białko ogółem: 112.76 g; Tłuszcz: 70.94 g; Węglowodany ogółem: 302.71 g; Błonnik pokarmowy: 19.50 g; suma cukrów prostych: 83.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; Sód: 2361.23 mg; Sól: 5.91 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), polędwica sopocka 30g ( **SOJ** ), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE** ), Pomidor 30Por , Rukola 4Por ,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-13

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

2. śniadanie: Kiwi 1Por ,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Kotlet mielony z kurczaka gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos curry 50g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g , Buraczki gotowane C 150g , Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Jabłko 150Por ,

Kolacja: Sałatka wiosenna 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Twarożek 40Por (**MLE**),

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.81 kcal; Białko ogółem: 111.02 g; Tłuszcz: 78.40 g; Węglowodany ogółem: 285.88 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; suma cukrów prostych: 78.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.78 g; Sód: 2474.32 mg; Sól: 6.19 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica sopocka 20g (**SOJ**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por , Dżem 25g ,

Obiad: Zupa neapolitańska 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Kotlet mielony z kurczaka gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos curry 100g (**GLU, MLE**), Ryż gotowany 150g , Buraczki gotowane 150g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Pizza wegetariańska pieczona 130g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Rukola 4Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2639.54 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 93.24 g; Węglowodany ogółem: 346.24 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; suma cukrów prostych: 98.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.39 g; Sód: 2823.77 mg; Sól: 7.07 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-14

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z sokiem 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por ,

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml (**GLU, SEL**), Wątróbka drobiowa smażona z cebulą 100g (**GLU**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Sałatka z brokuła 200g (**GLU, JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ, MLE**), ser kanapkowy 150g 20g (**MLE**),

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.84 kcal; Białko ogółem: 116.98 g; Tłuszcz: 84.90 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; Błonnik pokarmowy: 37.78 g; suma cukrów prostych: 97.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.87 g; Sód: 2842.49 mg; Sól: 7.11 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z sokiem 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Serek śremski 40g (**MLE**), Pomidor 30Por ,

Obiad: Barszcz czerwony z makaronem 250ml (**GLU, SEL**), Roladka z kurczaka z brokułem duszona 130g (**JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Marchewki gotowane 120g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Lekka zielona sałatka L 100g (**JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ, MLE**), ser kanapkowy 150g 20g (**MLE**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-14

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2208.86 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 66.90 g; Węglowodany ogółem: 311.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.94 g; suma cukrów prostych: 97.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.85 g; Sód: 2530.69 mg; Sól: 6.33 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szyńka 1Por ( **SOJ**), ser żółty 25g ( **MLE**), Ogórek kiszony 30Por ,

2. śniadanie: Koktajl mleczno-owocowy C 250g ( **MLE**),

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml ( **GLU, SEL**), Roladka z kurczaka z brokułem duszona 130g ( **JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Jabłko 150Por ,

Kolacja: Sałatka z brokuła C 200g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g ( **GLU, SOJ, MLE**), ser kanapkowy 150g 20g ( **MLE**),

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2384.62 kcal; Białko ogółem: 123.07 g; Tłuszcz: 76.95 g; Węglowodany ogółem: 320.33 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g; suma cukrów prostych: 88.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.24 g; Sód: 3215.08 mg; Sól: 8.05 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z sokiem 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Szyńka 1Por ( **SOJ**), Ser żółty 1Por ( **MLE**), Ogórek kiszony 30Por ,

Obiad: Barszcz ukraiński 250ml ( **GLU, SEL**), Kotlet warzywny smażony 90g ( **GLU, JAJ, MLE**), Ziemniaki duszone 250g ( **MLE**), Surówka z kapusty pekińskiej 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Marchewki gotowane 120g ( **MLE**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Sałatka z brokuła 200g ( **GLU, JAJ, MLE, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Ser żółty 1Por ( **MLE**), ser kanapkowy 150g 20g ( **MLE**),

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2644.32 kcal; Białko ogółem: 103.21 g; Tłuszcz: 91.71 g; Węglowodany ogółem: 372.78 g; Błonnik pokarmowy: 43.65 g; suma cukrów prostych: 103.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.84 g; Sód: 3217.23 mg; Sól: 8.05 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-15

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml ( **GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), kiełbasa toruńska 30g ( **SOJ, MLE, S02**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**),

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i kaszą jęczmienną duszony 150g ( **GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g ( **GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g , Sałatka z kiszzonego ogórka 90g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kurczak gotowany w galarecie 150g ( **JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Ser żółty 1Por ( **MLE**), Szyńka 1Por ( **SOJ**), Pomidor z cebulką 30Por ,

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g ( **MLE**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-15

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2461.49 kcal; Białko ogółem: 120.80 g; Tłuszcz: 87.07 g; Węglowodany ogółem: 314.27 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g; suma cukrów prostych: 80.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.55 g; Sód: 3216.98 mg; Sól: 8.05 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw L 250g (**MLE, SEL**), Pulpet mielony gotowany 90g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g , Buraczki gotowane 150g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kurczak gotowany w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.26 kcal; Białko ogółem: 123.38 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 303.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.38 g; suma cukrów prostych: 85.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.00 g; Sód: 2581.08 mg; Sól: 6.46 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa toruńska 30g (**SOJ, MLE, S02**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Ogórek zielony 30Por , Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),

2. śniadanie: Jabłko pieczone 150g ,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i kaszą jęczmienną duszony 150g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 50g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g , Sałatka z kiszzonego ogórka 90g , Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Kiwi 1Por ,

Kolacja: Kurczak gotowany w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), ser żółty 25g (**MLE**), Szyńka 1Por (**SOJ**), Pomidor z cebulką 30Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.68 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 84.50 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g; suma cukrów prostych: 67.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.25 g; Sód: 3149.92 mg; Sól: 7.88 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z lanymi kluskami 250ml (**GLU, JAJ, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Ogórek zielony 30Por , Papryka konserwowa 20Por (**GOR**),

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Gołąbek z mięsem i kaszą jęczmienną duszony 150g (**GLU, JAJ**), Sos pomidorowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g , Sałatka z kiszzonego ogórka 90g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Warzywa gotowane w galarecie 150g (**JAJ, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Pomidor z cebulką 30Por , ser kanapkowy 150g 20g (**MLE**),

Posiłek nocny: Jogurt owocowy 150g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.34 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 71.36 g; Węglowodany ogółem: 317.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.07 g; suma cukrów prostych: 81.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.78 g; Sód: 3008.13 mg; Sól: 7.53 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-16

## Jadłospisy dla oddziałów

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Roszponka 4Por,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Śledzie w śmietanie 200g (**RYB**), Ziemniaki gotowane 300g, Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy 250g,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana 200g (**JAJ, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2807.03 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 117.91 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; Błonnik pokarmowy: 34.35 g; suma cukrów prostych: 92.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.44 g; Sód: 8472.86 mg; Sól: 21.19 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna z koperkiem 30g (**JAJ, GOR**), Serek śremski 40g (**MLE**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos pietruszkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 300g, Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy 250g,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana L 240g (**JAJ, MLE, SEL**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2330.13 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 73.07 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; Błonnik pokarmowy: 27.45 g; suma cukrów prostych: 85.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.01 g; Sód: 2024.53 mg; Sól: 5.07 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Roszponka 4Por,

2. śniadanie: Kefir 200g (**MLE**),

Obiad: Zupa pomidorowa czysta 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Śledzie w śmietanie 200g (**RYB**), Ziemniaki gotowane 250g, Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy C 250g,

Podwieczorek: Mandarynka 1Por,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana C 250g (**JAJ, MLE, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2491.73 kcal; Białko ogółem: 115.06 g; Tłuszcz: 102.32 g; Węglowodany ogółem: 294.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g; suma cukrów prostych: 77.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.45 g; Sód: 8284.95 mg; Sól: 20.72 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 30g (**JAJ, GOR**), Serek śremski 40g (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por, Roszponka 4Por,

Obiad: Zupa pomidorowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Filet rybny pieczony 100g (**RYB, SEL**), Sos pietruszkowy 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 300g, Brokuł gotowany 150g (**MLE**), Kompot wielowocowy 250g,

Kolacja: Sałatka ziemniaczana 200g (**JAJ, SEL, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por,

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-16

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.43 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 100.35 g; Węglowodany ogółem: 331.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.69 g; suma cukrów prostych: 86.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.43 g; Sód: 2579.43 mg; Sól: 6.46 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-17

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka konserwowa 30g ( **GLU, SOJ, SEL** ), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE** ), Ogórek zielony 30Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Kotlec jajeczny smażony 80g ( **GLU, JAJ** ), Sos pieczarkowy 100g ( **GLU, MLE** ), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana 150g ( **MLE** ), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Racuchy pieczone z jabłkami 170g ( **GLU, JAJ** ), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2630.94 kcal; Białko ogółem: 93.36 g; Tłuszcz: 82.76 g; Węglowodany ogółem: 394.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g; suma cukrów prostych: 97.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.83 g; Sód: 2258.04 mg; Sól: 5.65 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka konserwowa 30g ( **GLU, SOJ, SEL** ), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE** ), Pomidor 30Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Jajko sadzone 70g ( **JAJ, MLE** ), Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana 150g ( **MLE** ), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Racuchy pieczone z jabłkami 170g ( **GLU, JAJ** ), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.11 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 62.03 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; suma cukrów prostych: 92.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.76 g; Sód: 2153.53 mg; Sól: 5.39 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml ( **GLU, MLE** ), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), szynka konserwowa 30g ( **GLU, SOJ, SEL** ), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE** ), Ogórek zielony 30Por ,

2. śniadanie: kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1Por ( **GLU, SOJ, MLE** ),

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml ( **GLU, MLE, SEL** ), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g ( **JAJ, MLE** ), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana 150g ( **MLE** ), Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Kefir 200g ( **MLE** ),

Kolacja: Lekka sałatka z surowych warzyw z serem feta 100g ( **MLE** ), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE** ), Szynka 1Por ( **SOJ** ), Serek śremski 40g ( **MLE** ), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-17**

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2098.44 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 84.77 g; Węglowodany ogółem: 262.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; suma cukrów prostych: 54.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.59 g; Sód: 2418.54 mg; Sól: 6.05 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka konserwowa 20g ( **GLU, SOJ, SEL**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Ogórek zielony 30Por , Pomidor 30Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Kotlet jajeczny smażony 80g ( **GLU, JAJ**), Ziemniaki gotowane 250g , Kapusta czerwona gotowana 150g ( **MLE**), Kompot wieloowocowy 250g , Marchew gotowana 150g ( **MLE**),

Kolacja: Racuchy pieczone z jabłkami 170g ( **GLU, JAJ**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Ser kanapkowy 1Por ( **MLE**), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.25 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 81.77 g; Węglowodany ogółem: 402.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; suma cukrów prostych: 105.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.42 g; Sód: 2136.48 mg; Sól: 5.35 g;

#### Dieta Ubogoenergetyczna - kod 8

Śniadanie: Zupa mleczna z płatkami owsianymi C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata N 1Por ( **GLU, MLE**), szynka konserwowa 20g ( **GLU, SOJ, SEL**), ser kanapkowy 150g 20g ( **MLE**), Ogórek zielony 30Por ,

Obiad: Krupnik jęczmienny 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Jajko sadzone ze szczypiorkiem 70g ( **JAJ, MLE**), Ziemniaki gotowane 150g , Kapusta czerwona gotowana 150g ( **MLE**), Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Kefir 200g ( **MLE**),

Kolacja: Lekka sałatka z surowych warzyw z serem feta 100g ( **MLE**), Kol. chleb, masło, herbata N 1Por ( **GLU, MLE**), szynka gotowana 20g ( **SOJ**), Serek śremski 40g ( **MLE**), Papryka świeża 25Por ,

Posiłek nocny: Mandarynka 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1477.89 kcal; Białko ogółem: 69.72 g; Tłuszcz: 49.04 g; Węglowodany ogółem: 203.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; suma cukrów prostych: 51.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.03 g; Sód: 1747.52 mg; Sól: 4.38 g;

**Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-18**

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), Jajecznicza smażona ze szczypiorkiem 140g ( **JAJ, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), Pomidor 30Por , Roszponka 4Por ,

Obiad: Rosół z makaronem 250ml ( **GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka smażony 180Por , Sos rumiany 100g ( **GLU**), Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g ( **JAJ, MLE, GOR**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), kielbasa krakowska parzona 30g , Twarożek 40Por ( **MLE**), Pasztet wieprzowy 1Por ( **GLU, SOJ, SEL**), Ogórek kiszony 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2602.91 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 111.34 g; Węglowodany ogółem: 285.15 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; suma cukrów prostych: 81.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.79 g; Sód: 2815.11 mg; Sól: 7.05 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-18

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznicza na parze 140g (**JAJ**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por,

Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka gotowany 180Por, Sos biały 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Buraczki gotowane 150g, Kompot wielowocowy 250g,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), filet maślany 40g (**MLE**), Twarożek 40Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Dżem 25g,

Posiłek nocny: Banan 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2498.64 kcal; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 82.84 g; Węglowodany ogółem: 332.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.00 g; suma cukrów prostych: 127.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.92 g; Sód: 2592.65 mg; Sól: 6.49 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznicza smażona ze szczypiorkiem 140g (**JAJ, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por,

2. śniadanie: Owsianka z owocami jagodowymi 150g (**GLU, MLE**),

Obiad: Rosół z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka pieczony 180Por, Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wielowocowy C 250g,

Podwieczorek: Kiwi 1Por,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa krakowska parzona 30g, Twarożek 40Por (**MLE**), Paprykarz rybny 1Por (**RYB**), Ogórek kiszony 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.08 kcal; Białko ogółem: 128.23 g; Tłuszcz: 102.59 g; Węglowodany ogółem: 244.54 g; Błonnik pokarmowy: 30.48 g; suma cukrów prostych: 61.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.23 g; Sód: 2640.10 mg; Sól: 6.61 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznicza smażona ze szczypiorkiem 140g (**JAJ, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por,

Obiad: Zupa koperkowa z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka gotowany 180Por, Sos biały 100g (**GLU, MLE**), Ziemniaki gotowane 250g, Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wielowocowy 250g,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), filet maślany 20g (**MLE**), Twarożek 40Por (**MLE**), Paprykarz rybny 1Por (**RYB**), Ogórek kiszony 30Por, Pomidor 30Por,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.31 kcal; Białko ogółem: 118.03 g; Tłuszcz: 97.73 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.34 g; suma cukrów prostych: 81.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.46 g; Sód: 2722.15 mg; Sól: 6.81 g;

#### Dieta Ubogoenergetyczna - kod 8

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem C 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata N 1Por (**GLU, MLE**), Jajecznicza na parze 140g (**JAJ**), szynka gotowana 20g (**SOJ**), Pomidor 30Por, Roszponka 4Por,

2. śniadanie: Owsianka z owocami jagodowymi 150g (**GLU, MLE**),

Obiad: Rosół z makaronem 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Udziec kurczaka pieczony 180Por, Ziemniaki gotowane 150g, Surówka z białej kapusty z porem i marchewką 150g (**JAJ, MLE, GOR**), Kompot wielowocowy C 250g,

## Jadłospisy dla oddziałów

### Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-18

#### Oddział: PACJENCI

##### Dieta Ubogoenergetyczna - kod 8

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata N 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa krakowska parzona 20g , Twarożek 40Por (**MLE**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1865.99 kcal; Białko ogółem: 114.71 g; Tłuszcz: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 198.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.02 g; suma cukrów prostych: 52.92 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.09 g; Sód: 2211.20 mg; Sól: 5.54 g;

### Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-19

#### Oddział: PACJENCI

##### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Kakao 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa krakowska sucha 30g , Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por ,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki smażone z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Sałatka śledziowa 200g (**JAJ, RYB, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), szynka mojej babci 30g (**SOJ**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2658.14 kcal; Białko ogółem: 110.32 g; Tłuszcz: 106.10 g; Węglowodany ogółem: 327.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.98 g; suma cukrów prostych: 106.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.56 g; Sód: 4383.68 mg; Sól: 10.97 g;

##### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 30g (**GLU, SOJ, MLE**), ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Pomidor 30Por ,

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem 250ml (**MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Sałata z jogurtem naturalnym 100g (**MLE**), Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Sałatka warzywna z makaronem L 200g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata L 1Por (**GLU, MLE**), szynka mojej babci 30g (**SOJ**), Mandarynka 1Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2194.46 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 58.72 g; Węglowodany ogółem: 320.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.98 g; suma cukrów prostych: 99.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.59 g; Sód: 2369.14 mg; Sól: 5.93 g;

##### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), kielbasa krakowska sucha 30g , ser kanapkowy 150g 25g (**MLE**), Papryka świeża 25Por ,

2. śniadanie: Mandarynka 1Por ,

Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 250g (**MLE**), Surówka z kiszonej kapusty 150g , Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Jabłko 150Por ,

Kolacja: Sałatka śledziowa C 200g (**JAJ, RYB, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata C 1Por (**GLU, MLE**), szynka mojej babci 30g (**SOJ**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-19

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2182.47 kcal; Białko ogółem: 108.61 g; Tłuszcz: 79.95 g; Węglowodany ogółem: 275.64 g; Błonnik pokarmowy: 37.87 g; suma cukrów prostych: 77.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.38 g; Sód: 4635.22 mg; Sól: 11.60 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Kawa Inka z mlekiem 250g (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ, MLE**), Ser kanapkowy 1Por (**MLE**), Papryka świeża 25Por, ogórki kiszzone 50g,  
Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Naleśniki smażone z serem 350g (**GLU, JAJ, MLE**), Sos owocowy 100g, Kompot wieloowocowy 250g,  
Kolacja: Sałatka warzywna z makaronem L 200g (**GLU, JAJ, MLE**), Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Pomidor 30Por, Mandarynka 1Por,  
Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.82 kcal; Białko ogółem: 106.69 g; Tłuszcz: 83.30 g; Węglowodany ogółem: 347.04 g; Błonnik pokarmowy: 28.50 g; suma cukrów prostych: 123.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.22 g; Sód: 2371.20 mg; Sól: 5.94 g;

#### Dieta Ubogoenergetyczna - kod 8

Śniadanie: Kakao C 250g (**MLE**), Śn. chleb, masło, herbata N 1Por (**GLU, MLE**), polędwica drobiowa 20g (**GLU, SOJ, MLE**), ser kanapkowy 150g 20g (**MLE**), Papryka świeża 25Por,  
2. śniadanie: Mandarynka 1Por,  
Obiad: Zupa jarzynowa 250ml (**GLU, MLE, SEL**), Schab duszony z warzywami 120g (**MLE, SEL**), Ziemniaki duszone 150g (**MLE**), Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Kompot wieloowocowy C 250g,  
Kolacja: Sałatka śledziowa C 200g (**JAJ, RYB, GOR**), Kol. chleb, masło, herbata N 1Por (**GLU, MLE**), szynka mojej babci 20g (**SOJ**), Pomidor 30Por,  
Posiłek nocny: Jogurt naturalny 200g (**MLE**),  
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1690.30 kcal; Białko ogółem: 95.24 g; Tłuszcz: 53.13 g; Węglowodany ogółem: 224.96 g; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.41 g; Sód: 4303.85 mg; Sól: 10.77 g;

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-20

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Podstawowa - kod 1

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym 250ml (**GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), polędwica sopočka 30g (**SOJ**), Ser żółty 1Por (**MLE**), Papryka konserwowa 20Por (**GOR**), Rukola 4Por,  
Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Gulasz węgierski duszony 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g (**GLU**), Buraczki gotowane 150g, Kompot wieloowocowy 250g,  
Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por (**GLU, MLE**), Szynka 1Por (**SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Pasztet drobiowy 1Por (**GLU, JAJ, SOJ**), Ogórek kiszony 30Por,  
Posiłek nocny: Jabłko 150Por,  
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2192.75 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 73.33 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; suma cukrów prostych: 97.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.54 g; Sód: 2724.89 mg; Sól: 6.82 g;

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-20

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Łatwostrawna - kod 2

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica sopocka 30g ( **SOJ**), ser kanapkowy 150g 25g ( **MLE**), Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**), Rukola 4Por ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw L 250g ( **MLE, SEL**), Gulasz duszony z fileta drobiowego 120g ( **GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g ( **GLU**), Buraczki gotowane 150g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata L 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami L 40g ( **MLE**), Jajko gotowane na miękko 70g ( **JAJ**), Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2155.26 kcal; Białko ogółem: 101.84 g; Tłuszcz: 62.39 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; suma cukrów prostych: 96.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.17 g; Sód: 2259.88 mg; Sól: 5.66 g;

#### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - kod 6

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica sopocka 30g ( **SOJ**), ser żółty 25g ( **MLE**), Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**), Rukola 4Por ,

2. śniadanie: Smoothie szpinakowe z jogurtem 220g ( **MLE**),

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g ( **MLE, SEL**), Gulasz węgierski duszony 120g ( **GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 120g ( **GLU**), Buraczki gotowane C 150g , Kompot wieloowocowy C 250g ,

Podwieczorek: Kiwi 1Por ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata C 1Por ( **GLU, MLE**), Szynka 1Por ( **SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Jajko gotowane na miękko 70g ( **JAJ**), Ogórek kiszony 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2023.33 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 76.02 g; Węglowodany ogółem: 251.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.35 g; suma cukrów prostych: 75.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.75 g; Sód: 2477.22 mg; Sól: 6.20 g;

#### Dieta Ubogopurynowa - kod 1/M Uwagi: ubogopurynowa

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica sopocka 20g ( **SOJ**), Ser żółty 1Por ( **MLE**), Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**), Pomidor 30Por , Rukola 4Por ,

Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g ( **MLE, SEL**), Gulasz duszony z fileta drobiowego 120g ( **GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 150g ( **GLU**), Buraczki gotowane 150g , Kompot wieloowocowy 250g ,

Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata 1Por ( **GLU, MLE**), szynka gotowana 25g ( **SOJ**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g ( **MLE**), Jajko gotowane na miękko 70g ( **JAJ**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,

Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.25 kcal; Białko ogółem: 102.34 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 309.64 g; Błonnik pokarmowy: 30.84 g; suma cukrów prostych: 98.30 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.88 g; Sód: 2477.74 mg; Sól: 6.20 g;

#### Dieta Ubogoenergetyczna - kod 8

Śniadanie: Zupa mleczna z kaszką manną z musem owocowym C 250ml ( **GLU, MLE**), Śn. chleb, masło, herbata N 1Por ( **GLU, MLE**), polędwica sopocka 20g ( **SOJ**), ser żółty 15g ( **MLE**), Papryka konserwowa 20Por ( **GOR**), Rukola 4Por ,

2. śniadanie: Smoothie szpinakowe z jogurtem 220g ( **MLE**),

## Jadłospisy dla oddziałów

Dla: Kuchnia Ogólna w dniu: 2026-01-20

### Oddział: PACJENCI

#### Dieta Ubogoenergetyczna - kod 8

- Obiad: Zupa krem z białych warzyw 250g (**MLE, SEL**), Gulasz duszony z fileta drobiowego 120g (**GLU**), Kasza jęczmienna gotowana 100g (**GLU**), Buraczki gotowane C 150g , Kompot wielowocowy C 250g ,
- Kolacja: Kol. chleb, masło, herbata N 1Por (**GLU, MLE**), Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 40g (**MLE**), Jajko gotowane na miękko 70g (**JAJ**), Ogórek kiszony 30Por , Pomidor 30Por ,
- Posiłek nocny: Jabłko 150Por ,
- Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1615.33 kcal; Białko ogółem: 89.89 g; Tłuszcz: 47.16 g; Węglowodany ogółem: 222.76 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; suma cukrów prostych: 67.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.06 g; Sód: 1899.42 mg; Sól: 4.75 g;