

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), ser żółty (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), Miruna pieczona w sosie cytrynowym (GLU, MLE), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318.49 kcal; Białko ogółem: 106.17 g; Tłuszcz: 96.49 g; nasycone kwasy tł.: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 271.91 g; suma cukrów prostych: 52.50 g; Sól: 6.87 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), ser biały (MLE), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , cukinia duszona , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1859.26 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 46.23 g; nasycone kwasy tł.: 22.09 g; Węglowodany ogółem: 266.48 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Sól: 3.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.96 g;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (GLU), margaryna , serek wiejski (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzykowa (MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty cuk , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , seler naciowy (SEL),	Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1976.93 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 64.29 g; nasycone kwasy tł.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; suma cukrów prostych: 46.56 g; Sól: 9.35 g; Błonnik pokarmowy: 46.68 g;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , cukinia duszona , kompot z jabłek b/c ,	grahamka (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata ,	Posiłek nocny: kefir (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.56 kcal; Białko ogółem: 106.14 g; Tłuszcz: 46.72 g; nasycone kwasy tł.: 12.53 g; Węglowodany ogółem: 249.81 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Sól: 5.61 g; Błonnik pokarmowy: 38.12 g;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), serek wiejski (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), Miruna pieczona w sosie cytrynowym (GLU, MLE), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), hummus (SEZ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.96 kcal; Białko ogółem: 106.63 g; Tłuszcz: 104.59 g; nasycone kwasy tł.: 38.34 g; Węglowodany ogółem: 285.80 g; suma cukrów prostych: 58.98 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-30		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), ser żółty (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.52 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 90.10 g; nasycone kwasy tł.: 28.43 g; Węglowodany ogółem: 220.15 g; suma cukrów prostych: 42.95 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 40.19 g;

piątek 2026-01-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka bezmleczna (SOJ), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1965.68 kcal; Białko ogółem: 87.00 g; Tłuszcz: 66.61 g; nasycone kwasy tł.: 10.52 g; Węglowodany ogółem: 269.74 g; suma cukrów prostych: 44.37 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
pieczywo mieszane (GLU), masło szt (MLE), Żywiecka, sałata, cykorja, banan, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany (SEL), Udko pieczone, ziemniaki got, marchewka z groszkiem (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), polędwica sopočka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c, pestki dyni,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2475.30 kcal; Białko ogółem: 132.11 g; Tłuszcz: 100.10 g; nasycone kwasy tł.: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; suma cukrów prostych: 56.04 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.46 g;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), Żywiecka, sałata, banan, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany lekki (SEL), Udko pieczone, ziemniaki got, marchew got (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), polędwica sopočka, sałata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c, chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2432.71 kcal; Białko ogółem: 127.11 g; Tłuszcz: 92.49 g; nasycone kwasy tł.: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 280.35 g; suma cukrów prostych: 57.86 g; Sól: 6.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytny (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, cykorja, kiwi, herbata z cytryną b/c,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), Udko pieczone, ziemniaki got, surówka z marchewki z jabłkiem, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, polędwica sopočka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: chleb razowy (GLU), tuńczyk dodatek (RYB), sałata, papryka świeża,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata, pomidor,	Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), pestki dyni,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2708.42 kcal; Białko ogółem: 162.38 g; Tłuszcz: 116.03 g; nasycone kwasy tł.: 31.29 g; Węglowodany ogółem: 275.50 g; suma cukrów prostych: 40.54 g; Sól: 9.58 g; Błonnik pokarmowy: 46.99 g;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, mus porzeczkowo-truskawkowy, herbata z cytryną b/c,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), Udko pieczone, ziemniaki got, surówka z marchewki z jabłkiem, kompot z czarnej porzeczki b/c,	grahamka (GLU), margaryna, polędwica sopočka, sałata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (GLU), tuńczyk dodatek (RYB), sałata,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata,	Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2632.05 kcal; Białko ogółem: 162.58 g; Tłuszcz: 105.96 g; nasycone kwasy tł.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 269.91 g; suma cukrów prostych: 40.90 g; Sól: 8.96 g; Błonnik pokarmowy: 51.06 g;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
pieczywo mieszane (GLU), masło szt (MLE), pasta z tofu (SOJ), sałata, cykorja, banan, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany (SEL), kotlety sojowe (SOJ), ziemniaki got, marchewka z groszkiem (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), paprykarz (SOJ), sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c, pestki dyni,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2126.19 kcal; Białko ogółem: 73.98 g; Tłuszcz: 75.17 g; nasycone kwasy tł.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; suma cukrów prostych: 60.23 g; Sól: 4.41 g; Błonnik pokarmowy: 42.42 g;

sobota 2026-01-31 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy, masło szt (MLE), Żywiecka, sałata, cykorja, banan, herbata z cytryną b/c,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEL), Udko pieczone, ziemniaki got, marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt (MLE), polędwica sopočka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c, pestki dyni,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.01 kcal; Białko ogółem: 115.07 g; Tłuszcz: 101.15 g; nasycone kwasy tł.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 214.40 g; suma cukrów prostych: 42.65 g; Sól: 5.41 g; Błonnik pokarmowy: 40.25 g;

sobota 2026-01-31	Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
pieczywo mieszane (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , cykoria , banan , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.57 kcal; Białko ogółem: 122.86 g; Tłuszcz: 88.10 g; nasycone kwasy tł.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 256.44 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Sól: 5.69 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , Jabłko , kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	ziemniaczana z pomidorami (<i>GLU, SEL</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.31 kcal; Białko ogółem: 132.94 g; Tłuszcz: 70.69 g; nasycone kwasy tł.: 35.63 g; Węglowodany ogółem: 311.24 g; suma cukrów prostych: 77.10 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , jabłko pieczone , kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	ziemniaczana z pomidorami lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Krakowska , sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2422.90 kcal; Białko ogółem: 131.83 g; Tłuszcz: 73.90 g; nasycone kwasy tł.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 311.00 g; suma cukrów prostych: 79.10 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , twaróg (<i>MLE</i>), sałata , Jabłko , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzykowa (<i>SEL</i>), Schab pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka ,	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), Jajka gotowane , sałata , cykorja ,	Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2371.18 kcal; Białko ogółem: 137.85 g; Tłuszcz: 77.79 g; nasycone kwasy tł.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 295.06 g; suma cukrów prostych: 52.19 g; Sól: 6.92 g; Błonnik pokarmowy: 47.20 g;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , twaróg (<i>MLE</i>), sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (<i>SEL</i>), Schab pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), tuńczyk dodatek (<i>RYB</i>), sałata ,	Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2340.11 kcal; Białko ogółem: 147.42 g; Tłuszcz: 75.46 g; nasycone kwasy tł.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 273.01 g; suma cukrów prostych: 50.98 g; Sól: 6.55 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , Jabłko , kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	ziemniaczana z pomidorami (<i>GLU, SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), tuńczyk (<i>RYB</i>), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2237.78 kcal; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 65.79 g; nasycone kwasy tł.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 306.04 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Sól: 4.60 g; Błonnik pokarmowy: 33.39 g;

niedziela 2026-02-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy , masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , Jabłko , herbata z cytryną b/c ,	ziemniaczana z pomidorami bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), Schab pieczony , kasza jaglana (<i>MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (<i>MLE</i>), Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), wafle ryżowe ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2172.43 kcal; Białko ogółem: 112.78 g; Tłuszcz: 84.60 g; nasycone kwasy tł.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 241.01 g; suma cukrów prostych: 63.14 g; Sól: 4.68 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g;

niedziela 2026-02-01		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
pieczywo mieszane (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , Jabłko , dżem , herbata z cytryną b/c ,	ziemniaczana z pomidorami bezmleczna bezglutenowa (SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), brokuły got (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.94 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 86.63 g; nasycone kwasy tł.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 281.35 g; suma cukrów prostych: 46.74 g; Sól: 5.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
ryż na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z boczkiem (<i>GLU, SEL</i>), kotlety z jaj (<i>GLU</i>), ziemniaki got , szpinak gotowany (<i>GLU, MLE</i>), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), polędwica drobiowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.83 kcal; Białko ogółem: 97.50 g; Tłuszcz: 81.94 g; nasycone kwasy tł.: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 310.88 g; suma cukrów prostych: 58.96 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
ryż na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z masłem (<i>GLU, SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , szpinak got dieta (<i>GLU, MLE</i>), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), polędwica drobiowa , sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.05 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 58.98 g; nasycone kwasy tł.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 291.53 g; suma cukrów prostych: 61.08 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej żółtej cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , szpinak gotowany cukrzyca (<i>MLE</i>), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , seler naciowy (<i>SEL</i>),	Podwieczorek: sałatka z kalafiora cukrzykowa , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1918.63 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 55.54 g; nasycone kwasy tł.: 14.65 g; Węglowodany ogółem: 275.55 g; suma cukrów prostych: 47.33 g; Sól: 8.51 g; Błonnik pokarmowy: 46.32 g;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , szynka , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej żółtej cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , szpinak gotowany cukrzyca (<i>MLE</i>), kompot z jabłek b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), budyń b/c (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1929.05 kcal; Białko ogółem: 102.44 g; Tłuszcz: 51.91 g; nasycone kwasy tł.: 18.54 g; Węglowodany ogółem: 271.82 g; suma cukrów prostych: 69.17 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
ryż na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), hummus (<i>SEZ</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z boczkiem (<i>GLU, SEL</i>), kotlety z jaj (<i>GLU</i>), ziemniaki got , szpinak gotowany (<i>GLU, MLE</i>), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2591.29 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 109.07 g; nasycone kwasy tł.: 43.65 g; Węglowodany ogółem: 317.90 g; suma cukrów prostych: 58.51 g; Sól: 8.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g;

poniedziałek 2026-02-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
ryż na mleku (<i>MLE</i>), chleb bezglutenowy , masło szt (<i>MLE</i>), szynka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej bezglutenowa bezmleczna (<i>SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , Szpinak gotowany b/ml b/gl , kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (<i>MLE</i>), polędwica drobiowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1860.93 kcal; Białko ogółem: 94.39 g; Tłuszcz: 62.61 g; nasycone kwasy tł.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 231.17 g; suma cukrów prostych: 57.01 g; Sól: 7.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;

poniedziałek 2026-02-02	Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
ryż na mleku sojowym (SOJ), pieczywo mieszane (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z boczkiem (GLU, SEL), kotlety z jaj (GLU), ziemniaki got , Szpinak gotowany b/ml b/gl , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156.03 kcal; Białko ogółem: 98.78 g; Tłuszcz: 69.69 g; nasycone kwasy tł.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 294.64 g; suma cukrów prostych: 45.83 g; Sól: 8.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.93 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), pieczywo mieszane (GLU), masło szt (MLE), Indyk wędzony , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), leczo z kielbasą (GLU, SOJ, SEL), ryż (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), pasta z ciecierzycy (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chałka , masło szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2506.29 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 96.02 g; nasycone kwasy tł.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 330.64 g; suma cukrów prostych: 54.03 g; Sól: 7.80 g; Błonnik pokarmowy: 35.74 g;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), Indyk wędzony , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), leczo z szynką pieczoną lekka (SEL), ryż (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), tuńczyk (RYB), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chałka , masło szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2245.40 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 80.10 g; nasycone kwasy tł.: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 282.32 g; suma cukrów prostych: 45.27 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.30 g;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytny (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny cukrzyca (GLU, SEL), leczo z szynką pieczoną cukrzyca (SEL), ryż brązowy (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z ciecierzycy (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (GLU), ser żółty dodatek (MLE), sałata , ogórek zielony ,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2273.72 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 75.95 g; nasycone kwasy tł.: 20.36 g; Węglowodany ogółem: 316.97 g; suma cukrów prostych: 38.36 g; Sól: 6.98 g; Błonnik pokarmowy: 54.44 g;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny cukrzyca (GLU, SEL), leczo z szynką pieczoną lekka (SEL), ryż (MLE), kompot z wiśni b/c ,	grahamka (GLU), margaryna , tuńczyk (RYB), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (GLU), ser biały dodatek (MLE), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.71 kcal; Białko ogółem: 123.36 g; Tłuszcz: 62.54 g; nasycone kwasy tł.: 18.37 g; Węglowodany ogółem: 276.44 g; suma cukrów prostych: 36.00 g; Sól: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 40.46 g;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), pieczywo mieszane (GLU), masło szt (MLE), paprykarz (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), Leczo warzywne (GLU, SEL), Fasola czerwona konserwowa , ryż (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), pasta z ciecierzycy (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chałka , masło szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2385.19 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 85.00 g; nasycone kwasy tł.: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; suma cukrów prostych: 54.02 g; Sól: 5.61 g; Błonnik pokarmowy: 39.86 g;

wtorek 2026-02-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), Indyk wędzony , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), leczo z szynką pieczoną bezglutenowe (SEL), ryż (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), pasta z ciecierzycy (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), siemię lniane ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.14 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 87.11 g; nasycone kwasy tł.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 276.11 g; suma cukrów prostych: 47.83 g; Sól: 5.27 g; Błonnik pokarmowy: 45.69 g;

wtorek 2026-02-03	Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), pieczywo mieszane (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), leczko z kielbasą (GLU, SOJ, SEL), ryż (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z ciecierzycy (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2332.65 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 80.26 g; nasycone kwasy tł.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 318.65 g; suma cukrów prostych: 44.47 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
kasza manna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), serek bieluch z ziołami (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL), kotlet drobiowy (GLU), ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), pasztet pieczony (GLU), sałata , ćwikła (MLE, S02), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2716.04 kcal; Białko ogółem: 121.18 g; Tłuszcz: 118.58 g; nasycone kwasy tł.: 39.86 g; Węglowodany ogółem: 305.23 g; suma cukrów prostych: 46.70 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza manna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), serek bieluch (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem lekka (GLU, MLE, SEL), Indyk pieczony w sosie (GLU, MLE), ziemniaki got , fasolka szparagowa dieta , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), schab pieczony wedlina , sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098.11 kcal; Białko ogółem: 115.76 g; Tłuszcz: 57.62 g; nasycone kwasy tł.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 291.77 g; suma cukrów prostych: 45.61 g; Sól: 4.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (GLU), margaryna , serek bieluch z ziołami (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem cukrzyca (GLU, MLE, SEL), Indyk pieczony , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , chrzan (MLE, S02), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , rzodkiewka ,	Podwieczorek: sałatka z pomidora i mozzarelli (MLE), pestki słonecznika ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.23 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 83.55 g; nasycone kwasy tł.: 22.56 g; Węglowodany ogółem: 268.19 g; suma cukrów prostych: 29.94 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 46.72 g;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (GLU), margaryna , serek bieluch (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem lekka (GLU, MLE, SEL), Indyk pieczony , ziemniaki got , fasolka szparagowa dieta , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	grahamka (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,	Podwieczorek: sałatka z pomidora bez skórki i mozzarelli (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb chrupki - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034.17 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 59.75 g; nasycone kwasy tł.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 272.20 g; suma cukrów prostych: 31.76 g; Sól: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 48.60 g;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
kasza manna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), serek bieluch z ziołami (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL), kotlety sojowe (SOJ), ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), pasta z tofu (SOJ), sałata , ćwikła (MLE, S02), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2352.37 kcal; Białko ogółem: 85.83 g; Tłuszcz: 100.59 g; nasycone kwasy tł.: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 285.24 g; suma cukrów prostych: 49.17 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 34.50 g;

środa 2026-02-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), serek bieluch z ziołami (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem bezglutenowa (MLE, SEL), Indyk pieczony , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), schab pieczony wedlina , sałata , ćwikła (MLE, S02), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.61 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 82.28 g; nasycone kwasy tł.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 229.75 g; suma cukrów prostych: 36.17 g; Sól: 5.19 g; Błonnik pokarmowy: 38.10 g;

środa 2026-02-04		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem bezmleczna bezglutenowa (SEL), kotlet drobiowy (GLU), ziemniaki got , fasolka szparagowa dieta , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet pieczony (GLU), sałata , ćwikła (MLE, S02), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2369.08 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz: 85.18 g; nasycone kwasy tł.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 302.94 g; suma cukrów prostych: 34.84 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 31.56 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
płatki kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), pulpet drobiowo-wieprzowy (<i>GLU</i>), sos pieczarkowy (<i>GLU, MLE</i>), kasza pęczak (<i>GLU, MLE</i>), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (<i>JAJ, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), sałatka brokułowa (<i>JAJ, MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), otręby żytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2531.59 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 89.60 g; nasycone kwasy tł.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 339.61 g; suma cukrów prostych: 47.07 g; Sól: 7.48 g; Błonnik pokarmowy: 44.65 g;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), pulpet drobiowo-wieprzowy (<i>GLU</i>), kasza kuskus (<i>GLU, MLE</i>), sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), sałatka brokułowa lekka (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.48 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 62.26 g; nasycone kwasy tł.: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 313.57 g; suma cukrów prostych: 56.23 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa cukrzyca (<i>SEL</i>), pulpet drobiowo-wieprzowy (<i>GLU</i>), kasza pęczak (<i>GLU, MLE</i>), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (<i>JAJ, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka brokułowa cukrzykowa (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), tuńczyk dodatek (<i>RYB</i>), sałata , ogórek kiszony ,	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa ,	Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), otręby żytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.61 kcal; Białko ogółem: 119.12 g; Tłuszcz: 63.43 g; nasycone kwasy tł.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 308.67 g; suma cukrów prostych: 32.67 g; Sól: 8.56 g; Błonnik pokarmowy: 55.82 g;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), pulpet drobiowo-wieprzowy (<i>GLU</i>), ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka brokułowa lekka (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), tuńczyk dodatek (<i>RYB</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1950.73 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 49.88 g; nasycone kwasy tł.: 15.18 g; Węglowodany ogółem: 273.23 g; suma cukrów prostych: 45.87 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.74 g;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
płatki kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), hummus (<i>SEZ</i>), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), sos pieczarkowy (<i>GLU, MLE</i>), kasza pęczak (<i>GLU, MLE</i>), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (<i>JAJ, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), sałatka brokułowa (<i>JAJ, MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), otręby żytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2551.42 kcal; Białko ogółem: 97.03 g; Tłuszcz: 104.50 g; nasycone kwasy tł.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; suma cukrów prostych: 46.91 g; Sól: 6.51 g; Błonnik pokarmowy: 49.07 g;

czwartek 2026-02-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa bezglutenowa (MLE, SEL), Befszytk wieprzowy , ziemniaki got , sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (JAJ, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), sałatka brokułowa (JAJ, MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2381.31 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 111.16 g; nasycone kwasy tł.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 253.68 g; suma cukrów prostych: 46.43 g; Sól: 6.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.09 g;

czwartek 2026-02-05		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), pieczywo mieszane (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa bezmleczna (SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), kasza pęczak (GLU, MLE), sałata vinegrette , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka brokułowa bezmleczna (JAJ), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2477.18 kcal; Białko ogółem: 106.87 g; Tłuszcz: 91.16 g; nasycone kwasy tł.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 327.08 g; suma cukrów prostych: 28.34 g; Sól: 7.09 g; Błonnik pokarmowy: 45.54 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), grahamka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z pomidorami (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), filet z dorsza panierowany (<i>GLU, RYB</i>), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszonej , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka konserwowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretko owocowa , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.08 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 82.18 g; nasycone kwasy tł.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 318.81 g; suma cukrów prostych: 38.27 g; Sól: 6.15 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z pomidorami (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , cukinia duszona , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka konserwowa , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretko owocowa , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1882.41 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 46.74 g; nasycone kwasy tł.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 265.09 g; suma cukrów prostych: 37.91 g; Sól: 4.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z pomidorami (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzykowa (<i>SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszonej , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , szynka konserwowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka ,	Podwieczorek: sałatka z selera naciowego (<i>SOJ, SEL</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1886.43 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 48.41 g; nasycone kwasy tł.: 11.88 g; Węglowodany ogółem: 268.51 g; suma cukrów prostych: 27.07 g; Sól: 8.74 g; Błonnik pokarmowy: 47.73 g;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z pomidorami (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (<i>SEL</i>), filet z dorsza pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , cukinia duszona , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , szynka konserwowa , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1678.17 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 36.21 g; nasycone kwasy tł.: 10.62 g; Węglowodany ogółem: 243.10 g; suma cukrów prostych: 24.66 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.16 g;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), grahamka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twarożek z pomidorami (<i>MLE</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), filet z dorsza panierowany (<i>GLU, RYB</i>), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszonej , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), paszтет sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretko owocowa , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2499.05 kcal; Białko ogółem: 106.67 g; Tłuszcz: 92.81 g; nasycone kwasy tł.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 321.06 g; suma cukrów prostych: 38.27 g; Sól: 5.96 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g;

piątek 2026-02-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), twarożek z pomidorami (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni bezmleczna bezglutenowa (SEL), filet z dorsza pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszzonej , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), szynka konserwowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1846.54 kcal; Białko ogółem: 97.99 g; Tłuszcz: 57.43 g; nasycone kwasy tł.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 234.72 g; suma cukrów prostych: 28.15 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 39.69 g;

piątek 2026-02-06		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
ryż na mleku sojowym (SOJ), grahamka (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , Pomidory w zalewie , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni bezmleczna bezglutenowa (SEL), filet z dorsza panierowany (GLU, RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszzonej , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.09 kcal; Białko ogółem: 94.89 g; Tłuszcz: 75.78 g; nasycone kwasy tł.: 11.86 g; Węglowodany ogółem: 304.16 g; suma cukrów prostych: 27.09 g; Sól: 6.51 g; Błonnik pokarmowy: 38.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka wiejska , sałata , ogórek kiszony , gruszka , kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, SO2</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, MLE</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Żywiecka , sałata , cykorja , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię Iniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2289.68 kcal; Białko ogółem: 111.27 g; Tłuszcz: 74.06 g; nasycone kwasy tł.: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 307.74 g; suma cukrów prostych: 66.19 g; Sól: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 31.02 g;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka wiejska , sałata , mus z gruszki , kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, MLE</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków , kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Żywiecka , sałata , Marchewka got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.82 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 66.90 g; nasycone kwasy tł.: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 305.34 g; suma cukrów prostych: 64.43 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka wiejska , sałata , ogórek kiszony , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały cukrzykowa (<i>MLE, SEL, SO2</i>), Indyk pieczony , ryż brązowy (<i>MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , cykorja , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), pasztet sojowy dodatek (<i>SOJ, GOR</i>), sałata , kalarepa ,	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), Jajka gotowane , sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię Iniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.88 kcal; Białko ogółem: 109.89 g; Tłuszcz: 76.82 g; nasycone kwasy tł.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 279.90 g; suma cukrów prostych: 44.78 g; Sól: 8.90 g; Błonnik pokarmowy: 48.67 g;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , szynka wiejska , sałata , mus z gruszki , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ryż (<i>MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), pasztet sojowy dodatek (<i>SOJ, GOR</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.02 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 64.17 g; nasycone kwasy tł.: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; suma cukrów prostych: 41.34 g; Sól: 7.05 g; Błonnik pokarmowy: 40.91 g;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), tuńczyk (<i>RYB</i>), sałata , ogórek kiszony , gruszka , kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, SO2</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z tofu (<i>SOJ</i>), sałata , cykorja , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię Iniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2364.92 kcal; Białko ogółem: 102.73 g; Tłuszcz: 84.77 g; nasycone kwasy tł.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 307.43 g; suma cukrów prostych: 68.76 g; Sól: 7.37 g; Błonnik pokarmowy: 37.90 g;

sobota 2026-02-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
chleb bezglutenowy , masło szt (<i>MLE</i>), szynka wiejska , sałata , ogórek kiszony , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (<i>SEL</i>), Indyk pieczony , ryż (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków , kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (<i>MLE</i>), Żywiecka , sałata , cykorja , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię Iniane ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.28 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 73.52 g; nasycone kwasy tł.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 241.34 g; suma cukrów prostych: 50.25 g; Sól: 7.10 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g;

sobota 2026-02-07		Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
pieczywo mieszane (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , ogórek kiszony , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEL), Indyk pieczony , ryż (MLE), sałatka z buraczków , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , cykorcia , herbata z cytryną b/c ,	
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , siemię lniane ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1939.44 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 57.46 g; nasycone kwasy tł.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 277.18 g; suma cukrów prostych: 45.34 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), ser wędzony (<i>MLE</i>), sałata , żurawina , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zupa z fasolki szparagowej żółtej (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), ziemniaki got , surówka z selera z rodzynkami (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Indyk wędzony , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.08 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 92.48 g; nasycone kwasy tł.: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 285.64 g; suma cukrów prostych: 55.17 g; Sól: 6.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), twaróg (<i>MLE</i>), sałata , żurawina , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zupa z fasolki szparagowej żółtej lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), ziemniaki got , Sałatka z selera z jabłkiem (<i>MLE, SEL</i>), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Indyk wędzony , sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.15 kcal; Białko ogółem: 114.24 g; Tłuszcz: 60.06 g; nasycone kwasy tł.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 280.75 g; suma cukrów prostych: 56.17 g; Sól: 5.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytny (<i>GLU</i>), margaryna , ser wędzony (<i>MLE</i>), sałata , seler naciowy (<i>SEL</i>), herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej żółtej cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony , ziemniaki got , Surówka z selera cukrzyca (<i>MLE, SEL</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , Indyk wędzony , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , cykorja ,	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.65 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 80.98 g; nasycone kwasy tł.: 27.32 g; Węglowodany ogółem: 259.33 g; suma cukrów prostych: 33.78 g; Sól: 8.15 g; Błonnik pokarmowy: 46.27 g;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , twaróg (<i>MLE</i>), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej żółtej cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , Indyk wędzony , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), sałata ,	Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1982.82 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 65.61 g; nasycone kwasy tł.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 239.22 g; suma cukrów prostych: 35.84 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 42.58 g;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), ser wędzony (<i>MLE</i>), sałata , żurawina , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zupa z fasolki szparagowej żółtej (<i>GLU, MLE, SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), ziemniaki got , surówka z selera z rodzynkami (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Jajka gotowane , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2369.80 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 102.53 g; nasycone kwasy tł.: 44.32 g; Węglowodany ogółem: 281.16 g; suma cukrów prostych: 55.12 g; Sól: 4.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.62 g;

niedziela 2026-02-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		

Jadłospisy dla oddziałów

chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), ser wędzony (MLE), sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej bezglutenowa bezmleczna (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , surówka z selera z rodzynkami (JAJ, MLE, SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), Indyk wędzony , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.31 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 100.78 g; nasycone kwasy tł.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 220.10 g; suma cukrów prostych: 41.71 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.87 g;

niedziela 2026-02-08		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
pieczywo mieszane (GLU), margaryna , paszтет sojowy (SOJ, GOR), sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,	zupa z fasolki szparagowej bezglutenowa bezmleczna (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , seler gotowany z ziołami (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1830.11 kcal; Białko ogółem: 85.05 g; Tłuszcz: 62.60 g; nasycone kwasy tł.: 11.93 g; Węglowodany ogółem: 242.53 g; suma cukrów prostych: 30.90 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
kasza jaglana na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Krokiety ze szpinakiem (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Krakowska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2620.61 kcal; Białko ogółem: 119.10 g; Tłuszcz: 105.61 g; nasycone kwasy tł.: 40.39 g; Węglowodany ogółem: 315.00 g; suma cukrów prostych: 55.62 g; Sól: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.67 g;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza jaglana na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem lekka (<i>MLE, SEL</i>), makaron ze szpinakiem lekka (<i>GLU, MLE</i>), marchewka mini (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), Krakowska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i tofu (<i>SOJ</i>), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.39 kcal; Białko ogółem: 121.26 g; Tłuszcz: 88.30 g; nasycone kwasy tł.: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 308.88 g; suma cukrów prostych: 48.50 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), makaron ze szpinakiem cukrzykowa (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , Krakowska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), tuńczyk dodatek (<i>RYB</i>), sałata , rzodkiewka ,	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), ser żółty dodatek (<i>MLE</i>), sałata , seler naciowy (<i>SEL</i>),	Posiłek nocny: sałatka z cukini i tofu (<i>SOJ</i>), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.48 kcal; Białko ogółem: 142.67 g; Tłuszcz: 98.34 g; nasycone kwasy tł.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 274.44 g; suma cukrów prostych: 39.13 g; Sól: 8.91 g; Błonnik pokarmowy: 53.98 g;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem lekka (<i>MLE, SEL</i>), makaron ze szpinakiem lekka (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , Krakowska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), tuńczyk dodatek (<i>RYB</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Posiłek nocny: sałatka z cukini i tofu (<i>SOJ</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2340.30 kcal; Białko ogółem: 132.75 g; Tłuszcz: 81.66 g; nasycone kwasy tł.: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 282.80 g; suma cukrów prostych: 41.37 g; Sól: 7.49 g; Błonnik pokarmowy: 47.76 g;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
kasza jaglana na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), hummus (<i>SEZ</i>), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Krokiety ze szpinakiem (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2699.82 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 113.10 g; nasycone kwasy tł.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 336.74 g; suma cukrów prostych: 55.56 g; Sól: 6.52 g; Błonnik pokarmowy: 43.24 g;

poniedziałek 2026-02-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza jaglana na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Indyk pieczony , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), Krakowska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.54 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 88.30 g; nasycone kwasy tł.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 222.60 g; suma cukrów prostych: 40.06 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 44.76 g;

poniedziałek 2026-02-09		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), pieczywo mieszane (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), makaron ze szpinakiem bezglutenowa bezmleczna (SOJ), marchewka mini (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2251.21 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 82.20 g; nasycone kwasy tł.: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; suma cukrów prostych: 32.82 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 45.20 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
płatki ryżowe na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), indyk w sosie słodko-kwaśnym (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), kalfior got (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z soczewicy (<i>JAJ</i>), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2559.57 kcal; Białko ogółem: 141.56 g; Tłuszcz: 78.68 g; nasycone kwasy tł.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 333.21 g; suma cukrów prostych: 63.24 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.68 g;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
płatki ryżowe na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), polędwica sopocka , sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	ziemniaczana (<i>GLU, SEL</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, MLE</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), cukinia duszona , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka konserwowa , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.21 kcal; Białko ogółem: 137.20 g; Tłuszcz: 57.25 g; nasycone kwasy tł.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 315.41 g; suma cukrów prostych: 74.37 g; Sól: 5.29 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), kalfior got (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z soczewicy (<i>JAJ</i>), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor ,	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiew biała ,	Posiłek nocny: serek wiejski (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2133.64 kcal; Białko ogółem: 126.28 g; Tłuszcz: 64.29 g; nasycone kwasy tł.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 281.75 g; suma cukrów prostych: 26.48 g; Sól: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 50.44 g;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (<i>SEL</i>), Indyk pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), cukinia duszona , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	grahamka (<i>GLU</i>), margaryna , szynka konserwowa , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,	Posiłek nocny: serek wiejski (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1941.83 kcal; Białko ogółem: 123.27 g; Tłuszcz: 47.80 g; nasycone kwasy tł.: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 262.16 g; suma cukrów prostych: 43.81 g; Sól: 7.83 g; Błonnik pokarmowy: 40.38 g;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
płatki ryżowe na mleku (<i>MLE</i>), pieczywo mieszane (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), tuńczyk (<i>RYB</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Krokiety ze szpinakiem (<i>GLU, MLE</i>), kalfior got (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z soczewicy (<i>JAJ</i>), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2780.21 kcal; Białko ogółem: 152.39 g; Tłuszcz: 97.33 g; nasycone kwasy tł.: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; suma cukrów prostych: 64.09 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g;

wtorek 2026-02-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, MLE, SEL), Indyk pieczony , ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), pasta z soczewicy (JAJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.92 kcal; Białko ogółem: 126.25 g; Tłuszcz: 79.29 g; nasycone kwasy tł.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 256.62 g; suma cukrów prostych: 55.36 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 40.70 g;

wtorek 2026-02-10	Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), pieczywo mieszane (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, MLE, SEL), indyk w sosie słodko-kwaśnym (GLU), kasza bulgur (GLU, MLE), kalafior got (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soczewicy (JAJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303.30 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 68.01 g; nasycone kwasy tł.: 19.34 g; Węglowodany ogółem: 320.15 g; suma cukrów prostych: 30.64 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 41.40 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
makaron na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), Jajka w majonezie (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku (GLU, MLE, SEL), Kark pieczony (GLU), ziemniaki got , surówka z białej kapusty , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.51 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 102.63 g; nasycone kwasy tł.: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 281.39 g; suma cukrów prostych: 53.52 g; Sól: 5.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), jajecznica na parze , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonych warzyw lekka (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), ziemniaki got , dynia gotowana , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), polędwica drobiowa , sałata , fasolka szparagowa żółta dieta , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2137.63 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 70.44 g; nasycone kwasy tł.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 271.81 g; suma cukrów prostych: 43.61 g; Sól: 5.50 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	zupa z zielonego groszku (GLU, JAJ, MLE, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , surówka z białej kapusty , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb razowy (GLU), ser biały dodatek (MLE), sałata , ogórek zielony ,	Podwieczorek: brokuły z jogurtem dodatek (MLE), pestki słonecznika ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2422.29 kcal; Białko ogółem: 127.08 g; Tłuszcz: 96.54 g; nasycone kwasy tł.: 21.25 g; Węglowodany ogółem: 284.29 g; suma cukrów prostych: 47.31 g; Sól: 6.17 g; Błonnik pokarmowy: 49.60 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (GLU), margaryna , jajecznica na parze , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	zupa z zielonych warzyw cukrzyca (MLE, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , szpinak gotowany cukrzyca (MLE), kompot z jabłek b/c ,	grahamka (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , fasolka szparagowa żółta dieta , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (GLU), ser biały dodatek (MLE), sałata ,	Podwieczorek: brokuły z jogurtem dodatek (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb chrupki - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2049.32 kcal; Białko ogółem: 122.97 g; Tłuszcz: 74.08 g; nasycone kwasy tł.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 231.39 g; suma cukrów prostych: 35.32 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 42.89 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
makaron na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), masło szt (MLE), Jajka w majonezie (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku (GLU, MLE, SEL), tofu (SOJ), ziemniaki got , surówka z białej kapusty , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), paszтет sojowy (SOJ, GOR), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.52 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 105.79 g; nasycone kwasy tł.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 280.51 g; suma cukrów prostych: 53.47 g; Sól: 4.97 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), Jajka w majonezie (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku bezmleczny bezglutenowy (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , surówka z białej kapusty , kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , hummus dodatek (SEZ), sałata ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318.00 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 110.07 g; nasycone kwasy tł.: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 229.30 g; suma cukrów prostych: 44.05 g; Sól: 5.19 g; Błonnik pokarmowy: 42.93 g;

środa 2026-02-11	Jadłospis dla diety: Bezmleczna	
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , Jajka w majonezie (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku bezmleczny bezglutenowy (SEL), Kark pieczony (GLU), ziemniaki got , surówka z białej kapusty , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2301.53 kcal; Białko ogółem: 98.66 g; Tłuszcz: 97.14 g; nasycone kwasy tł.: 21.22 g; Węglowodany ogółem: 271.37 g; suma cukrów prostych: 45.78 g; Sól: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 33.45 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), pieczywo mieszane (GLU), masło szt (MLE), szynka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	rosół z makaronem (GLU, SEL), potrawka z kurczaka (GLU, MLE, SEL), ryż (MLE), marchewka z groszkiem (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), sałatka śledziowa (JAJ, RYB, MLE, GOR), sałata, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), wafle ryżowe,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2612.30 kcal; Białko ogółem: 127.74 g; Tłuszcz: 97.45 g; nasycone kwasy tł.: 37.35 g; Węglowodany ogółem: 319.69 g; suma cukrów prostych: 45.22 g; Sól: 17.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), szynka, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,	rosół z makaronem (GLU, SEL), potrawka z kurczaka (GLU, MLE, SEL), ryż (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c,	bułka wrocławska (GLU), masło szt (MLE), tuńczyk (RYB), sałata, buraczki got z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), wafle ryżowe,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2416.38 kcal; Białko ogółem: 133.43 g; Tłuszcz: 77.87 g; nasycone kwasy tł.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 302.96 g; suma cukrów prostych: 44.78 g; Sól: 6.17 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem węglowodanów łatwo przyswajalnych		
chleb żytni (GLU), margaryna, szynka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	rosół z makaronem razowym (GLU, SEL), Udzik pieczony, ryż brązowy (MLE), surówka z marchewki z jabłkiem, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, sałatka śledziowa cukrzyca (JAJ, RYB, MLE, GOR), sałata, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata, cykorja,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata, papryka świeża,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2794.39 kcal; Białko ogółem: 149.31 g; Tłuszcz: 117.80 g; nasycone kwasy tł.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 304.80 g; suma cukrów prostych: 36.27 g; Sól: 18.97 g; Błonnik pokarmowy: 51.98 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. węglowodanów łatwo przyswajalnych		
grahamka (GLU), margaryna, szynka, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,	rosół z makaronem (GLU, SEL), Udzik pieczony, ryż (MLE), surówka z marchewki z jabłkiem, kompot z truskawek b/c,	grahamka (GLU), margaryna, tuńczyk (RYB), sałata, cukinia gotowana, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: chleb chrupki - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata,	Podwieczorek: chleb chrupki - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2520.64 kcal; Białko ogółem: 156.18 g; Tłuszcz: 95.09 g; nasycone kwasy tł.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 267.38 g; suma cukrów prostych: 30.31 g; Sól: 6.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.81 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), pieczywo mieszane (GLU), masło szt (MLE), pasta z tofu (SOJ), sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	Selerowa (GLU, MLE, SEL), Jajko sadzone 2 szt, ryż (MLE), marchewka z groszkiem (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (MLE), sałatka śledziowa (JAJ, RYB, MLE, GOR), sałata, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), wafle ryżowe,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2668.25 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 125.29 g; nasycone kwasy tł.: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; suma cukrów prostych: 45.77 g; Sól: 16.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.20 g;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	rosół z makaronem bezglutenowym (SEL), Udzik pieczony , ryż (MLE), marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa , kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (MLE), sałatka śledziowa (JAJ, RYB, MLE, GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2719.78 kcal; Białko ogółem: 142.81 g; Tłuszcz: 123.98 g; nasycone kwasy tł.: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 259.88 g; suma cukrów prostych: 36.83 g; Sól: 17.53 g; Błonnik pokarmowy: 38.79 g;

czwartek 2026-02-12		Jadłospis dla diety: Bezmleczna
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), pieczywo mieszane (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	rosół z makaronem (GLU, SEL), Udzik pieczony , ryż (MLE), marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , tuńczyk (RYB), sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2501.82 kcal; Białko ogółem: 152.74 g; Tłuszcz: 87.52 g; nasycone kwasy tł.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; suma cukrów prostych: 32.28 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 31.83 g;