

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), grahamka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), twaróg z czosnkiem i ziołami (<i>ME</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym (<i>GLU, JAJ, ME, SEL</i>), miruna pieczona z warzywami po grecku (<i>GLU, SEL</i>), ziemniaki got, kompotz jabłek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c, waffle ry owe,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2113.08 kcal; Białko ogółem: 112.89g; Tłuszcz: 61.65g; nasycone kwasy t.: 25.86g; W glowodany ogółem: 295.04g; suma cukrów prostych: 57.43g; Sól: 4.65g; Błonnik pokarmowy: 34.08g; Sód: 1859.21 mg

pi tek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci anychi kami cych C01		
płatki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), grahamka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), twaróg z czosnkiem i ziołami (<i>ME</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym (<i>GLU, JAJ, ME, SEL</i>), miruna pieczona z warzywami po grecku (<i>GLU, SEL</i>), ziemniaki got, kompotz jabłek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: gruszka,		Posiłek nocny: Kisiel b/c, waffle ry owe,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2223.28 kcal; Białko ogółem: 114.03g; Tłuszcz: 62.03g; nasycone kwasy t.: 25.93g; W glowodany ogółem: 322.40g; suma cukrów prostych: 76.24g; Sól: 4.66g; Błonnik pokarmowy: 38.07g; Sód: 1863.01 mg

pi tek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), twaróg (<i>ME</i>), salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonych warzywleka (<i>GLU, ME, SEL</i>), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (<i>GLU, SEL</i>), ziemniaki got, kompotz jabłek b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, salata, kalarepa gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c, waffle ry owe,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1948.52 kcal; Białko ogółem: 103.53g; Tłuszcz: 61.93g; nasycone kwasy t.: 24.54g; W glowodany ogółem: 256.42g; suma cukrów prostych: 53.95g; Sól: 4.03g; Błonnik pokarmowy: 25.87g; Sód: 1143.02 mg

pi tek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci anychi kami cych C02		
płatki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), twaróg (<i>ME</i>), salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonych warzywleka (<i>GLU, ME, SEL</i>), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (<i>GLU, SEL</i>), ziemniaki got, kompotz jabłek b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, salata, cukinia gotowana, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Gruszka pieczona,		Posiłek nocny: Kisiel b/c, waffle ry owe,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2049.83 kcal; Białko ogółem: 104.16g; Tłuszcz: 62.16g; nasycone kwasy t.: 24.59g; W glowodany ogółem: 281.85g; suma cukrów prostych: 72.67g; Sól: 4.03g; Błonnik pokarmowy: 29.10g; Sód: 1143.30 mg

pi tek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow łatwo przysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, twaróg z czosnkiem i ziołami (<i>ME</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	zupa z zielonego groszku (<i>GLU, JAJ, ME, SEL</i>), miruna pieczona z warzywami po grecku cukrzyca, ziemniaki got, kompotz jabłek b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: gruszka, kefir (<i>ME</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEL</i>), salata, ogórek kiszony,	Posiłek nocny: Kisiel b/c, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2244.52 kcal; Białko ogółem: 107.00g; Tłuszcz: 70.33g; nasycone kwasy t.: 16.99g; W glowodany ogółem: 316.80g; suma cukrów prostych: 71.96g; Sól: 6.28g; Błonnik pokarmowy: 50.69g; Sód: 2235.97 mg

Jadłospisy dla oddziałów

pi tek 2026-03-13			Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w głow. łatwoprzysw. ci owa COB		
dzień ytni (GLU), margaryna, twaróg z czosnkami i ziołami (ME), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	zupa z zielonego groszku (GLU, JAJ, ME, SEZ), miruna pieczona z warzywami po grecku cukrzyca, ziemniaki got, kompot z jabłek b/c,	dzień razowy (GLU), margaryna, szynka, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,			
II niadanie: gruszka, kefir (ME),	Podwieczerek: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), salata, ogórek kiszony,	Posilek noony: Kisiel b/c, chleb chrupki - dodatek (GLU),			

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2244.52 kcal; Białko ogółem: 107.00g; Tłuszcz: 70.33g; nasycone kwasy t.: 16.99g; W glowodany ogółem: 316.80g; suma cukrów prostych: 71.96g; Sól: 6.28g; Błonnik pokarmowy: 50.69g; Sód: 2235.97 mg

pi tek 2026-03-13			Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME		
plaki owsiane na mleku (GLU, ME), grahamka (GLU), masło szt (ME), twaróg z czosnkami i ziołami (ME), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiovym (GLU, JAJ, ME, SEZ), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEZ), ziemniaki got, kompot z jabłek b/c,	dzień pszenny (GLU), masło szt (ME), paprykarz (SOJ), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,			
		Posilek noony: Kisiel b/c, waffle ry owe,			

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2161.82 kcal; Białko ogółem: 103.67g; Tłuszcz: 64.80g; nasycone kwasy t.: 25.15g; W glowodany ogółem: 308.90g; suma cukrów prostych: 56.91g; Sól: 4.16g; Błonnik pokarmowy: 34.95g; Sód: 1388.62 mg

pi tek 2026-03-13			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DO1/GL		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy, masło szt (ME), twaróg z czosnkami i ziołami (ME), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonego groszku bezmleczny bezglutenowy (SEZ), miruna pieczona z warzywami po grecku bezglutenowa (SEZ), ziemniaki got, kompot z jabłek b/c,	dzień bezglutenowy, masło szt (ME), szynka, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,			
		Posilek noony: Kisiel b/c, waffle ry owe,			

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1889.47 kcal; Białko ogółem: 97.43g; Tłuszcz: 66.92g; nasycone kwasy t.: 20.45g; W glowodany ogółem: 229.08g; suma cukrów prostych: 45.01g; Sól: 4.29g; Błonnik pokarmowy: 41.73g; Sód: 740.34 mg

pi tek 2026-03-13			Jadłospis dla diety: Bezmleczna DO1/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), grahamka (GLU), margaryna, pasta z tofu (SOJ), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	krem z zielonego groszku bezmleczny bezglutenowy (SEZ), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEZ), ziemniaki got, kompot z jabłek b/c,	dzień pszenny (GLU), margaryna, szynka, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,			
		Posilek noony: Kisiel b/c, waffle ry owe,			

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1963.64 kcal; Białko ogółem: 90.33g; Tłuszcz: 63.83g; nasycone kwasy t.: 13.49g; W glowodany ogółem: 273.80g; suma cukrów prostych: 46.25g; Sól: 4.92g; Błonnik pokarmowy: 35.67g; Sód: 1595.95 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb ytri (GLU), masło szt (ME), Indyk w dzony, salata, papryka wie a, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, ME),	barszcz biały (GLU, SOJ, ME, SEL, SOJ), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza p czak (GLU, ME), brokuly got (ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, rzodkiew biala, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: ma lanka (ME), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2120.66 kcal; Bialko ogolem: 118.20g; Tluszcz: 68.47g; nasycone kwasy tl.: 31.50g; W glowodany ogolem: 273.88g; suma cukrow prostych: 47.51g; Sol: 6.68g; Bionnik pokarmowy: 33.76g; Sód: 2435.92mg

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci anychi kami cych C01		
chleb ytri (GLU), masło szt (ME), Indyk w dzony, salata, papryka wie a, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, ME),	barszcz biały (GLU, SOJ, ME, SEL, SOJ), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza p czak (GLU, ME), brokuly got (ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, rzodkiew biala, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: kiwi,		Posilek nocny: ma lanka (ME), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2166.56 kcal; Bialko ogolem: 118.89g; Tluszcz: 68.86g; nasycone kwasy tl.: 31.60g; W glowodany ogolem: 284.51g; suma cukrow prostych: 54.47g; Sol: 6.69g; Bionnik pokarmowy: 35.37g; Sód: 2438.98mg

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), Indyk w dzony, salata, Marchewka got z wody, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, ME),	barszcz biały lekki (GLU, ME, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza jaglana (ME), brokuly got (ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: ma lanka (ME), chleb kukurydziany chrupki,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2116.21 kcal; Bialko ogolem: 118.16g; Tluszcz: 59.50g; nasycone kwasy tl.: 28.67g; W glowodany ogolem: 287.44g; suma cukrow prostych: 53.45g; Sol: 6.72g; Bionnik pokarmowy: 30.65g; Sód: 1518.84mg

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci anychi kami cych C02		
bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), Indyk w dzony, salata, Marchewka got z wody, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, ME),	barszcz biały lekki (GLU, ME, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza jaglana (ME), szpinak got dieta (GLU, ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: mus z jablek,		Posilek nocny: ma lanka (ME), chleb kukurydziany chrupki,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2237.61 kcal; Bialko ogolem: 119.47g; Tluszcz: 64.57g; nasycone kwasy tl.: 31.59g; W glowodany ogolem: 306.35g; suma cukrow prostych: 65.91g; Sol: 6.82g; Bionnik pokarmowy: 33.34g; Sód: 1559.81mg

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw D03		
chleb ytri (GLU), margaryna, Indyk w dzony, salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	barszcz biały cukrzycowa (ME, SEL, SOJ), Schab pieczony, kasza p czak (GLU, ME), brokuly got (ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, pol dwica drobiowa, salata, rzodkiew biala, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: kiwi, serek bieluch (ME),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), tu czyk dodatek (RYB), salata, pomidor,	Posilek nocny: ma lanka (ME), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2224.12 kcal; Bialko ogolem: 133.63g; Tluszcz: 83.76g; nasycone kwasy tl.: 28.53g; W glowodany ogolem: 254.94g; suma cukrow prostych: 43.98g; Sol: 6.94g; Bionnik pokarmowy: 41.54g; Sód: 2649.91mg

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk w dzony, salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	barszcz biały cukrzycowa (<i>ME, SEL, SOJ</i>), Schab pieczony, kasza p czak (<i>GLU, ME</i>), brokuły got (<i>ME</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, pol dwica drobiowa, salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: kiwi, serek bieluch (<i>ME</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata, pomidor,	Posilek nocny: ma lanka (<i>ME</i>), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2147.54 kcal; Bialko ogolem: 125.01 g; Tluszcz: 79.05 g; nasycone kwasy tl.: 27.85g; W glowodany ogolem: 255.01 g; suma cukrowprostych: 44.04 g; Sol: 6.95 g; Bionnik pokarmowy: 41.54g; Sód: 2653.94 mg

sobota 2026-03-14 Jadlospis dla diety: Wegetaria ska DOIME		
chleb ytni (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), hummus (<i>SEJ</i>), salata, papryka wie a, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, ME</i>),	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, ME, SEL, SOJ</i>), tofu (<i>SOJ</i>), kasza p czak (<i>GLU, ME</i>), brokuły got (<i>ME</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), paszтет sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: ma lanka (<i>ME</i>), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2221.55 kcal; Bialko ogolem: 82.10g; Tluszcz: 93.74 g; nasycone kwasy tl.: 31.08g; W glowodany ogolem: 278.92 g; suma cukrowprostych: 47.46 g; Sol: 5.47 g; Bionnik pokarmowy: 39.52g; Sód: 1501.66 mg

sobota 2026-03-14 Jadlospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL		
chleb bezglutenowy, maslo szt (<i>ME</i>), Indyk w dzony, salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z ry em (<i>ME, SEL</i>), Schab pieczony, kasza jaglana (<i>ME</i>), brokuły got (<i>ME</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb bezglutenowy, maslo szt (<i>ME</i>), pol dwica drobiowa, salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: ma lanka (<i>ME</i>), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1936.58 kcal; Bialko ogolem: 101.34 g; Tluszcz: 84.22 g; nasycone kwasy tl.: 29.84g; W glowodany ogolem: 195.11 g; suma cukrowprostych: 34.80 g; Sol: 5.20 g; Bionnik pokarmowy: 34.03g; Sód: 1223.01 mg

sobota 2026-03-14 Jadlospis dla diety: Bezmleczna DOI/ML		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk w dzony, salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z ry em bezmleczna (<i>SEJ</i>), Schab pieczony, kasza p czak (<i>GLU, ME</i>), brokuły got (<i>ME</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, pol dwica drobiowa, salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: serek sojowy waniliowy (<i>SOJ</i>), pestki dyni,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1894.82 kcal; Bialko ogolem: 99.16g; Tluszcz: 65.58 g; nasycone kwasy tl.: 18.47g; W glowodany ogolem: 242.92 g; suma cukrowprostych: 21.14 g; Sol: 5.18 g; Bionnik pokarmowy: 32.05g; Sód: 2001.60 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb ytri (GLU), masło szt (ME), ser dty (ME), salata, cykoria, mandarynka, kakao z mlekiem b/c (ME),	ukiniowa (GLU, ME, SE), kotlet drobiowy sma ony (GLU), ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: Galaretka owocowa, chleb chrupki - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2328.38 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 87.28 g; nasycone kwasy t.: 33.13 g; W glowodany ogółem: 295.34 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Sól: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 33.50 g; Sód: 3038.33 mg

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cyh C01		
chleb ytri (GLU), masło szt (ME), ser dty (ME), salata, cykoria, mandarynka, kakao z mlekiem b/c (ME),	ukiniowa (GLU, ME, SE), kotlet drobiowy sma ony (GLU), ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Jogurt owocowy pitny,		Posilek nocny: Galaretka owocowa, chleb chrupki - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2448.38 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 89.28 g; nasycone kwasy t.: 34.38 g; W glowodany ogółem: 314.34 g; suma cukrów prostych: 48.97 g; Sól: 7.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.50 g; Sód: 3038.33 mg

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), ser biały (ME), salata, mus porzeczkowo-truskawkowy, kakao z mlekiem b/c (ME),	ukiniowa lekka (GLU, ME, SE), Indyk pieczony wsosie (GLU, ME), ziemniaki got, buraczki got (GLU, ME), kompot z wi ni b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), szynka konserwowa, salata, fasolka szparagowa z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: Galaretka owocowa, chleb chrupki - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2053.59 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 50.35 g; nasycone kwasy t.: 25.71 g; W glowodany ogółem: 293.89 g; suma cukrów prostych: 51.48 g; Sól: 4.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.18 g; Sód: 843.64 mg

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cyh C02		
bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), ser biały (ME), salata, mus porzeczkowo-truskawkowy, kakao z mlekiem b/c (ME),	ukiniowa lekka (GLU, ME, SE), Indyk pieczony wsosie (GLU, ME), ziemniaki got, buraczki got (GLU, ME), kompot z wi ni b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), szynka konserwowa, salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Jogurt owocowy pitny,		Posilek nocny: Galaretka owocowa, chleb chrupki - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2155.04 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 52.33 g; nasycone kwasy t.: 26.95 g; W glowodany ogółem: 309.27 g; suma cukrów prostych: 52.10 g; Sól: 4.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Sód: 846.24 mg

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzyw D03		
chleb ytri (GLU), margaryna, ser dty (ME), salata, cykoria, mandarynka, herbata z cytryn b/c,	ukiniowa cukrzykowa (ME, SE), Indyk pieczony, ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: jogurt naturalny pitny,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SO), salata, kalarepa,	Posilek nocny: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SO, GO), salata, papryka wie a,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1884.32 kcal; Białko ogółem: 101.70 g; Tłuszcz: 63.57 g; nasycone kwasy t.: 19.57 g; W glowodany ogółem: 245.92 g; suma cukrów prostych: 41.23 g; Sól: 9.26 g; Błonnik pokarmowy: 41.26 g; Sód: 3450.38 mg

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzyw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, ser ołty (<i>ME</i>), sałata, cykoria, mandarynka, herbata z cytryn b/c,	ukiniowa cukrzykowa (<i>ME, SEZ</i>), Indyk pieczony, ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: jogurt naturalny pitny,	Podwieczerek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, kalarepa,	Posilek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), paszlet sojowy dodatek (<i>SOJ, GOR</i>), sałata, papryka wie a,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1884.32 kcal; Białko ogółem: 101.70g; Tłuszcz: 63.57g; nasycone kwasy t.: 19.57g; W glowodany ogółem: 245.92g; suma cukrów prostych: 41.23g; Sól: 9.26g; Błonnik pokarmowy: 41.26g; Sód: 3450.38mg

niedziela 2026-03-15		Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME
chleb żytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ser ołty (<i>ME</i>), sałata, cykoria, mandarynka, kakao z mlekiem b/c (<i>ME</i>),	ukiniowa (<i>GLU, ME, SEZ</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), Jajka gotowane, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: Galaretko owocowa, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2170.27 kcal; Białko ogółem: 99.20g; Tłuszcz: 75.62g; nasycone kwasy t.: 34.13g; W glowodany ogółem: 280.66g; suma cukrów prostych: 52.72g; Sól: 6.84g; Błonnik pokarmowy: 38.46g; Sód: 2655.74mg

niedziela 2026-03-15		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DOIGL
chleb bezglutenowy, masło szt (<i>ME</i>), ser ołty (<i>ME</i>), sałata, cykoria, mandarynka, herbata z cytryn b/c,	ukiniowa bezmleczna bezglutenowa (<i>SEZ</i>), Indyk pieczony, ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt (<i>ME</i>), szynka konserwowa, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: Galaretko owocowa, chleb kukurydziany chrupki,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1765.53 kcal; Białko ogółem: 85.62g; Tłuszcz: 64.97g; nasycone kwasy t.: 25.22g; W glowodany ogółem: 209.71g; suma cukrów prostych: 34.82g; Sól: 6.82g; Błonnik pokarmowy: 34.04g; Sód: 1869.81mg

niedziela 2026-03-15		Jadłospis dla diety: Bezmleczna DOIML
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata, cykoria, mandarynka, herbata z cytryn b/c,	ukiniowa bezmleczna (<i>GLU, SEZ</i>), kotlet drobiowy smony (<i>GLU</i>), ziemniaki got, surówka z białej kapusty, kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: Galaretko owocowa, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2017.99 kcal; Białko ogółem: 76.96g; Tłuszcz: 63.04g; nasycone kwasy t.: 10.35g; W glowodany ogółem: 297.22g; suma cukrów prostych: 36.50g; Sól: 6.80g; Błonnik pokarmowy: 34.48g; Sód: 2364.03mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	grochówka (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), makaron z serem i szpinakiem gotowany (<i>GLU, ME</i>), Jablko, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, salata, marchewka mini got, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU, ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2495.98 kcal; Białko ogółem: 117.39 g; Tłuszcz: 82.34 g; nasycone kwasy t.: 40.85g; W glowodany ogółem: 341.33 g; suma cukrów prostych: 56.90 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 42.98g; Sód: 3196.67 mg

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cyh C01		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	grochówka (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>), makaron z serem i szpinakiem gotowany (<i>GLU, ME</i>), Jablko, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, salata, marchewka mini got, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: budy b/c (<i>ME</i>),		Posilek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU, ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2726.05 kcal; Białko ogółem: 125.71 g; Tłuszcz: 90.36 g; nasycone kwasy t.: 45.66g; W glowodany ogółem: 372.62 g; suma cukrów prostych: 78.00 g; Sól: 7.90 g; Błonnik pokarmowy: 43.03g; Sód: 3299.81 mg

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, ME</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, dynia gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,	koperkowa (<i>SEZ</i>), makaron z serem i szpinakiem lekka gotowany (<i>GLU, ME</i>), jablko pieczone, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, salata, marchewka mini got, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU, ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2409.87 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 77.83 g; nasycone kwasy t.: 37.59g; W glowodany ogółem: 324.80 g; suma cukrów prostych: 56.45 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.35g; Sód: 1448.40 mg

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cyh C02		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, ME</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, dynia gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,	koperkowa (<i>SEZ</i>), makaron z serem i szpinakiem lekka gotowany (<i>GLU, ME</i>), jablko pieczone, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, salata, marchewka mini got, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: budy b/c (<i>ME</i>),		Posilek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU, ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2639.94 kcal; Białko ogółem: 120.93 g; Tłuszcz: 85.85 g; nasycone kwasy t.: 42.39g; W glowodany ogółem: 356.09 g; suma cukrów prostych: 77.55 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 30.39g; Sód: 1551.54 mg

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	grochówka cukrzyca (<i>SEZ</i>), makaron z serem i szpinakiem cukrzykowy gotowany (<i>GLU, ME</i>), Jablko, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, ywiecka, salata, słupki marchewki, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: budy b/c (<i>ME</i>),	Podwieczorek: brokuły z jogurtem dodatek (<i>ME</i>), pestki słonecznika,	Posilek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), salata, rzodkiewbiała,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2405.02 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 80.54 g; nasycone kwasy t.: 28.41 g; W glowodany ogółem: 320.74 g; suma cukrów prostych: 63.47 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 54.15g; Sód: 2477.99 mg

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzysw ci owa C03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	grochówka cukrzyca (<i>SEZ</i>), makaron z serem i szpinakiem cukrzykowy gotowany (<i>GLU, ME</i>), Jablko, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, ywiecka, salata, słupki marchewki, herbata z cytryn b/c,

Jadłospisy dla oddziałów

II riadanie: budy b/c (<i>ME</i>),	Podwieczorek: brokuly z jogurtem dodatek (<i>ME</i>), pestki słonecznika ,	Posilek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SO</i>), salata , rzodkiewbiała ,
---	---	--

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2405.02 kcal; Białko ogółem: 122.78 g; Tłuszcz: 80.54 g; nasycone kwasy t.: 28.41 g; W glowodany ogółem: 320.74 g; suma cukrów prostych: 63.47 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 54.15g; Sód: 2477.99 mg

poniedziałek 2026-03-16		Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), tu czyk (<i>RIB</i>), salata , rzodkiewka , herbata z cytryn b/c ,	grochówka (<i>GLU, SO, SE</i>), makaron z serem i szpinakiem gotowany (<i>GLU, ME</i>), Jablko , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), pasta z tofu (<i>SO</i>), salata , marchewka mini got, herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU, ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2616.72 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 94.20 g; nasycone kwasy t.: 40.36g; W glowodany ogółem: 341.87 g; suma cukrów prostych: 56.74 g; Sól: 7.04 g; Błonnik pokarmowy: 43.68g; Sód: 2705.15 mg

poniedziałek 2026-03-16		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL
plaki ry owe na mleku sojowym (<i>SO</i>), chleb bezglutenowy , masło szt (<i>ME</i>), szynka wiejska , salata , rzodkiewka , herbata z cytryn b/c ,	grochówka bezglutenowa (<i>ME, SE</i>), makaron z serem i szpinakiem bezglutenowy gotowany (<i>ME</i>), Jablko , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , masło szt (<i>ME</i>), ywiecka , salata , marchewka mini got, herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: chleb kukurydziany chrupki , paprykarz dodatek (<i>SO</i>), salata , rzodkiewbiała ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2293.28 kcal; Białko ogółem: 94.80g; Tłuszcz: 88.66 g; nasycone kwasy t.: 37.28g; W glowodany ogółem: 285.09 g; suma cukrów prostych: 38.93 g; Sól: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 49.16g; Sód: 1864.22 mg

poniedziałek 2026-03-16		Jadłospis dla diety: Bezmleczna DOI/ML
plaki ry owe na mleku sojowym (<i>SO</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka wiejska , salata , rzodkiewka , herbata z cytryn b/c ,	grochówka bezmleczna (<i>SE</i>), makaron z tofu i szpinakiem bezmleczny gotowany (<i>GLU, SO</i>), Jablko , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , ywiecka , salata , marchewka mini got, herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: kakaowy pudding owsiany na mleku sojowym (<i>GLU, SO</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2309.18 kcal; Białko ogółem: 111.13 g; Tłuszcz: 70.27 g; nasycone kwasy t.: 18.54g; W glowodany ogółem: 329.05 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 47.19g; Sód: 2161.69 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn bć,	krupnik j czmienny (<i>GLU, SEL</i>), leczo z kielbas gotowane (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), ry (<i>MLE</i>), kompot z jabłek bć,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z jaj (<i>JAJ</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn bć,
		Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2559.57 kcal; Białko ogółem: 105.95 g; Tłuszcz: 99.31 g; nasycone kwasy t.: 31.80g; W glowodany ogółem: 329.52 g; suma cukrów prostych: 55.60g; Sól: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 37.97 g; Sód: 3743.46 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn bć,	krupnik j czmienny (<i>GLU, SEL</i>), leczo z kielbas gotowane (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), ry (<i>MLE</i>), kompot z jabłek bć,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z jaj (<i>JAJ</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn bć,
II niadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy,		Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2625.54 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 99.79 g; nasycone kwasy t.: 31.84g; W glowodany ogółem: 347.16 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Sól: 9.77 g; Błonnik pokarmowy: 45.46g; Sód: 3745.81 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn bć,	krupnik j czmienny lekki (<i>GLU, SEL</i>), leczo z szynk pieczon lekkie gotowane (<i>SEL</i>), ry (<i>MLE</i>), kompot z jabłek bć,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z białek jaj lekka, salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn bć,
		Posiłek nocny: bułka wrodawska (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2343.05 kcal; Białko ogółem: 107.73 g; Tłuszcz: 77.12 g; nasycone kwasy t.: 29.94g; W glowodany ogółem: 314.83 g; suma cukrów prostych: 51.18 g; Sól: 7.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.09g; Sód: 1792.96 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn bć,	krupnik j czmienny lekki (<i>GLU, SEL</i>), leczo z szynk pieczon lekkie gotowane (<i>SEL</i>), ry (<i>MLE</i>), kompot z jabłek bć,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), pasta z białek jaj lekka, salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn bć,
II niadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy,		Posiłek nocny: bułka wrodawska (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2409.03 kcal; Białko ogółem: 109.30 g; Tłuszcz: 77.60 g; nasycone kwasy t.: 29.98g; W glowodany ogółem: 332.47 g; suma cukrów prostych: 57.57 g; Sól: 7.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.58g; Sód: 1795.31 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow łatwo przysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn bć,	krupnik j czmienny cukrzyca (<i>GLU, SEL</i>), leczo z szynk pieczon cukrzyca gotowane (<i>SEL</i>), ry br zowy (<i>MLE</i>), kompot z jabłek bć,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, pasta z jaj cukrzykowa, salata, pomidor, herbata z cytryn bć,
II niadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy, ma lanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEL</i>), salata, ogórek zielony,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2228.60 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 69.80 g; nasycone kwasy t.: 18.84g; W glowodany ogółem: 319.25 g; suma cukrów prostych: 57.81 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 56.49g; Sód: 2705.53 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow łatwo przysw ci owa C03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn bć,	krupnik j czmienny cukrzyca (<i>GLU, SEL</i>), leczo z szynk pieczon cukrzyca gotowane (<i>SEL</i>), ry br zowy (<i>MLE</i>), kompot z jabłek bć,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, pasta z jaj cukrzykowa, salata, pomidor, herbata z cytryn bć,

Jadłospisy dla oddziałów

II niadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy, ma lanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), salata, ogórek zielony,	Posilek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata,
---	--	---

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 2228.60 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 69.80 g; nasycone kwasy t.: 18.84g; W glowodany ogółem: 319.25 g; suma cukrów prostych: 57.81 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 56.49g; Sód: 2705.53 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOI/ME		
plátky kukurydziane na mleku (MLE), chleb ytni (GLU), maslo szt (MLE), pasztet sojowy (SOJ), GOR , salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	krupnik j czmienny (GLU , SEZ), Leczo warzywne gotowane (GLU , SEZ), Fasola czerwona konserwowa, ry (MLE), kompot z jablek b/c,	chleb pszenny (GLU), maslo szt (MLE), pasta z jaj (JAJ), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: chleb razowy (GLU), ser biały dodatek (MLE), salata,

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 2577.46 kcal; Białko ogółem: 88.73g; Tłuszcz: 100.98g; nasycone kwasy t.: 30.68g; W glowodany ogółem: 349.87 g; suma cukrów prostych: 58.17 g; Sól: 7.14g; Błonnik pokarmowy: 45.70g; Sód: 2378.16 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL		
plátky kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy, maslo szt (MLE), szynka drobiowa (SOJ), salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEZ), lecho z kielbas gotowane (GLU , SOJ , SEZ), ry (MLE), kompot z jablek b/c,	chleb bezglutenowy, maslo szt (MLE), pasta z jaj (JAJ), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: chleb kukurydziany drupki, szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata,

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 2479.88 kcal; Białko ogółem: 98.49g; Tłuszcz: 110.17 g; nasycone kwasy t.: 33.00g; W glowodany ogółem: 277.87 g; suma cukrów prostych: 52.82 g; Sól: 9.13g; Błonnik pokarmowy: 39.81 g; Sód: 2634.59 mg

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna DOI/ML		
plátky kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb ytni (GLU), margaryna, szynka drobiowa (SOJ), salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEZ), lecho z kielbas gotowane (GLU , SOJ , SEZ), ry (MLE), kompot z jablek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, pasta z jaj (JAJ), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata,

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 2492.21 kcal; Białko ogółem: 107.72 g; Tłuszcz: 93.85 g; nasycone kwasy t.: 20.39g; W glowodany ogółem: 322.07 g; suma cukrów prostych: 48.48 g; Sól: 9.79g; Błonnik pokarmowy: 39.17g; Sód: 3635.00 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
roda 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza manna na mleku (<i>GLU, ME</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), serek homogenizowany waniliowy (<i>ME</i>), salata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa (<i>GLU, ME, SED</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z pora (<i>JAU, ME</i>), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynkowa (<i>SO</i>), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: salata z buraka i dederzycy, pestki słonecznika,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2688.18 kcal; Białko ogółem: 137.21 g; Tłuszcz: 107.96 g; nasycone kwasy t.: 36.90g; W glowodany ogółem: 304.04 g; suma cukrów prostych: 88.50 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.02g; Sód: 2081.91 mg

roda 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
kasza manna na mleku (<i>GLU, ME</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), serek homogenizowany waniliowy (<i>ME</i>), salata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa (<i>GLU, ME, SED</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z pora (<i>JAU, ME</i>), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynkowa (<i>SO</i>), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: salata z pomidora i mozzarelli (<i>ME</i>),		Posilek nocny: salata z buraka i dederzycy, pestki słonecznika,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2783.22 kcal; Białko ogółem: 144.18 g; Tłuszcz: 113.57 g; nasycone kwasy t.: 40.26g; W glowodany ogółem: 308.95 g; suma cukrów prostych: 91.26 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.28g; Sód: 2089.89 mg

roda 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza manna na mleku (<i>GLU, ME</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), serek homogenizowany waniliowy (<i>ME</i>), salata, Gruszka pieczona, herbata z cytryn b/c,	Selerowa (<i>GLU, ME, SED</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, salata z jogurtem (<i>ME</i>), kompot z truskawek b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynkowa (<i>SO</i>), salata, kalarepa gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: salata z buraka i tofu (<i>SO</i>), waffle ry owe,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2473.71 kcal; Białko ogółem: 139.11 g; Tłuszcz: 88.34 g; nasycone kwasy t.: 33.65g; W glowodany ogółem: 292.38 g; suma cukrów prostych: 82.96 g; Sól: 4.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.37g; Sód: 1229.00 mg

roda 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
kasza manna na mleku (<i>GLU, ME</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), serek homogenizowany waniliowy (<i>ME</i>), salata, Gruszka pieczona, herbata z cytryn b/c,	Selerowa (<i>GLU, ME, SED</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, salata z jogurtem (<i>ME</i>), kompot z truskawek b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynkowa (<i>SO</i>), salata, Marchewka gotz wody, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: salata z pomidora bez skórki i mozzarelli (<i>ME</i>),		Posilek nocny: salata z buraka i tofu (<i>SO</i>), waffle ry owe,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2592.87 kcal; Białko ogółem: 145.73 g; Tłuszcz: 94.00 g; nasycone kwasy t.: 37.04g; W glowodany ogółem: 305.61 g; suma cukrów prostych: 90.73 g; Sól: 4.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.52g; Sód: 1363.30 mg

roda 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw D03		
chleb ytri (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>ME</i>), salata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa cukrzykowa (<i>ME, SED</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z pora cukrzykowa (<i>ME</i>), kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, szynkowa (<i>SO</i>), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: salata z pomidora i mozzarelli (<i>ME</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SO</i>), salata, cykoria,	Posilek nocny: salata z kukini i tofu (<i>SO</i>), pestki słonecznika,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2303.78 kcal; Białko ogółem: 134.84 g; Tłuszcz: 92.60 g; nasycone kwasy t.: 25.78g; W glowodany ogółem: 255.37 g; suma cukrów prostych: 57.74 g; Sól: 8.30g; Błonnik pokarmowy: 43.74g; Sód: 3201.39 mg

roda 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna, serek wiejski (ME), sałata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa cukrzycowa (ME, SEL), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z pora cukrzycowa (ME), kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, szynkowa (SO), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II śniadanie: sałatka z pomidora i mozzarelli (ME),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SO), sałata, cykoria,	Posilek nocny: sałatka z cukini i tofu (SO), pestki słonecznika,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2303.78 kcal; Białko ogółem: 134.84 g; Tłuszcz: 92.60 g; nasycone kwasy tł.: 25.78 g; W gwałtowny ogółem: 255.37 g; suma cukrów prostych: 57.74 g; Sól: 8.30 g; Błonnik pokarmowy: 43.74 g; Sód: 3201.39 mg

rodzaj 2026-03-18		Jadłospis dla diety: Wegetariańska DOI/ME
kasza manna na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), serek homogenizowany waniliowy (ME), sałata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa (GLU, ME, SEL), tofu (SO), ziemniaki got, surówka z pora (JAJ, ME), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), paprykarz (SO), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: sałatka z buraka i dederzycy, pestki słonecznika,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2490.80 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 94.58 g; nasycone kwasy tł.: 30.85 g; W gwałtowny ogółem: 321.90 g; suma cukrów prostych: 88.44 g; Sól: 4.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.08 g; Sód: 1568.91 mg

rodzaj 2026-03-18		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL
kasza jaglana na mleku sojowym (SO), chleb bezglutenowy, masło szt (ME), serek homogenizowany waniliowy (ME), sałata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa bezglutenowa beznleczna (SEL), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z pora (JAJ, ME), kompot z truskawek b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt (ME), szynkowa (SO), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: sałatka z buraka i dederzycy, pestki słonecznika,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2581.93 kcal; Białko ogółem: 131.34 g; Tłuszcz: 113.00 g; nasycone kwasy tł.: 30.67 g; W gwałtowny ogółem: 261.23 g; suma cukrów prostych: 79.70 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 43.23 g; Sód: 1165.11 mg

rodzaj 2026-03-18		Jadłospis dla diety: Beznleczna DOI/ML
kasza jaglana na mleku sojowym (SO), kajzerka (GLU), margaryna, serek sojowy waniliowy (SO), sałata, gruszka, herbata z cytryn b/c,	ogórkowa bezglutenowa beznleczna (SEL), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata vinaigrette, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, szynkowa (SO), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: sałatka z buraka i dederzycy, pestki słonecznika,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2246.86 kcal; Białko ogółem: 106.99 g; Tłuszcz: 86.63 g; nasycone kwasy tł.: 17.67 g; W gwałtowny ogółem: 269.94 g; suma cukrów prostych: 46.69 g; Sól: 5.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.81 g; Sód: 1815.28 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
ry na mleku (ME), chleb ytni (GLU), masło szt (ME), Krakowska , salata , ogórek zielony , herbata z cytryn b/c,	pieczarkowa (GLU, ME, SEZ), Klopsik sma ony w sosie napoli (GLU, ME), kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa óta (GLU, ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), salátka ledziowa (JAJ, RYB, ME, GOR), salata , herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), siemi lniane,

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2859.40 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 127.27 g; nasycone kwasy t.: 42.99 g; W glowodany ogółem: 326.99 g; suma cukrów prostych: 47.05 g; Sól: 17.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.98 g; Sód: 6987.48 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci anychi kami cych C01		
ry na mleku (ME), chleb ytni (GLU), masło szt (ME), Krakowska , salata , ogórek zielony , herbata z cytryn b/c,	pieczarkowa (GLU, ME, SEZ), Klopsik sma ony w sosie napoli (GLU, ME), kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa óta (GLU, ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), salátka ledziowa (JAJ, RYB, ME, GOR), salata , herbata z cytryn b/c,
II niadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), siemi lniane,

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2881.90 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 127.39 g; nasycone kwasy t.: 42.99 g; W glowodany ogółem: 332.37 g; suma cukrów prostych: 47.35 g; Sól: 17.89 g; Błonnik pokarmowy: 39.52 g; Sód: 6987.78 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
ry na mleku (ME), bułka wroclawska (GLU), masło szt (ME), Krakowska , salata , brokuly got z wody , herbata z cytryn b/c,	szpinakowa lekka (GLU, ME, SEZ), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), Passata pomidorowa , kasza kuskus (GLU, ME), fasolka szparagowa óta dieta , kompot z czarnej porzeczki b/c,	bułka wroclawska (GLU), masło szt (ME), pasta z pieczonym dorszem (RYB, ME), salata , cukinia gotowana , herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), chleb kukurydziany chrupki ,

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2243.93 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 65.48 g; nasycone kwasy t.: 30.69 g; W glowodany ogółem: 301.97 g; suma cukrów prostych: 38.83 g; Sól: 5.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.10 g; Sód: 1091.83 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci anychi kami cych C02		
ry na mleku (ME), bułka wroclawska (GLU), masło szt (ME), Krakowska , salata , mus z jabłek , herbata z cytryn b/c,	szpinakowa lekka (GLU, ME, SEZ), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), Passata pomidorowa , kasza kuskus (GLU, ME), pietruszka gotowana z ziolami , kompot z czarnej porzeczki b/c,	bułka wroclawska (GLU), masło szt (ME), pasta z pieczonym dorszem (RYB, ME), salata , cukinia gotowana , herbata z cytryn b/c,
II niadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), chleb kukurydziany chrupki ,

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2290.82 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 65.85 g; nasycone kwasy t.: 30.66 g; W glowodany ogółem: 316.78 g; suma cukrów prostych: 52.69 g; Sól: 5.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; Sód: 1127.28 mg;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow łatwo przysw D03		
chleb ytni (GLU), margaryna , Krakowska , salata , ogórek zielony , herbata z cytryn b/c,	pieczarkowa cukrzykowa (ME, SEZ), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), Passata pomidorowa , kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa óta cukrzykowa , kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna , salátka ledziowa (JAJ, RYB, ME, GOR), salata , herbata z cytryn b/c,
II niadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c, płatki owsiane - dodatek (GLU),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), salata , papryka wie a,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), siemi lniane,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2452.53 kcal; Białko ogółem: 111.00g; Tłuszcz: 101.48g; nasycone kwasy tł.: 23.87g; W glukozy ogółem: 296.77g; suma cukrów prostych: 33.11g; Sól: 18.25g; Błonnik pokarmowy: 49.29g; Sód: 6959.79mg;

czwartek 2026-03-19		Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glukozy przysw. ci. owa COB
chleb żytni (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, ogórek zielony, herbata z cytryn. b/c,	pieczarkowa cukrzycowa (ME, SEZ), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), Passata pomidorowa, kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa dła cukrzycowa, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, sałatka ledziowa (JAJ, RYB, ME, GOR), sałata, herbata z cytryn. b/c,
II śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c, płatki owsiane - dodatek (GLU),	Podwieczerek: chleb razowy (GLU), paszlet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata, papryka wie a,	Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), siemi lniane,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2452.53 kcal; Białko ogółem: 111.00g; Tłuszcz: 101.48g; nasycone kwasy tł.: 23.87g; W glukozy ogółem: 296.77g; suma cukrów prostych: 33.11g; Sól: 18.25g; Błonnik pokarmowy: 49.29g; Sód: 6959.79mg;

czwartek 2026-03-19		Jadłospis dla diety: Wegetariańska DOIME
ryż na mleku (ME), chleb żytni (GLU), masło szt. (ME), hummus (SEZ), sałata, ogórek zielony, herbata z cytryn. b/c,	pieczarkowa (GLU, ME, SEZ), kotlety sojowe (SOJ), Passata pomidorowa, kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa dła (GLU, ME), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt. (ME), sałatka ledziowa (JAJ, RYB, ME, GOR), sałata, herbata z cytryn. b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), siemi lniane,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2546.03 kcal; Białko ogółem: 103.95g; Tłuszcz: 105.03g; nasycone kwasy tł.: 34.79g; W glukozy ogółem: 309.93g; suma cukrów prostych: 47.04g; Sól: 16.55g; Błonnik pokarmowy: 46.41g; Sód: 6264.70mg;

czwartek 2026-03-19		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DO1/GL
ryż na mleku (ME), chleb bezglutenowy, masło szt. (ME), Krakowska, sałata, ogórek zielony, herbata z cytryn. b/c,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, ME, SEZ), Befsztyk wieprzowy gotowany, Passata pomidorowa, kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa dła bezglutenowa bezmleczna, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt. (ME), sałatka ledziowa (JAJ, RYB, ME, GOR), sałata, herbata z cytryn. b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (ME), siemi lniane,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2682.59 kcal; Białko ogółem: 112.54g; Tłuszcz: 135.15g; nasycone kwasy tł.: 40.26g; W glukozy ogółem: 259.15g; suma cukrów prostych: 41.64g; Sól: 17.13g; Błonnik pokarmowy: 42.08g; Sód: 5954.73mg;

czwartek 2026-03-19		Jadłospis dla diety: Bezmleczna DO1/ML
ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, ogórek zielony, herbata z cytryn. b/c,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, ME, SEZ), Klopsik smaczony (GLU), Passata pomidorowa, kasza gryczana (ME), fasolka szparagowa dła bezglutenowa bezmleczna, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, sałatka ledziowa bezmleczna (JAJ, RYB, GOR), sałata, herbata z cytryn. b/c,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa, siemi lniane,

Wartości od wczoraj: Warto energetyczna: 2725.13 kcal; Białko ogółem: 117.82g; Tłuszcz: 113.61g; nasycone kwasy tł.: 26.23g; W glukozy ogółem: 325.13g; suma cukrów prostych: 30.97g; Sól: 17.55g; Błonnik pokarmowy: 41.11g; Sód: 6772.68mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), ser w dzony (ME), salata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony (GLU, ME, SE), filet z dorsza panierowany smony (GLU, RYB), ziemniaki got, surówka z kapusty kiszzonej, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pol dwica sopocka, salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2562.94 kcal; Białko ogółem: 111.18 g; Tłuszcz: 96.77 g; nasycone kwasy t.: 38.25 g; W glowodany ogółem: 323.53 g; suma cukrów prostych: 39.03 g; Sól: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g; Sód: 2289.53 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
makaron na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), ser w dzony (ME), salata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony (GLU, ME, SE), filet z dorsza panierowany smony (GLU, RYB), ziemniaki got, surówka z kapusty kiszzonej, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pol dwica sopocka, salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Jablko,		Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2643.24 kcal; Białko ogółem: 111.83 g; Tłuszcz: 97.41 g; nasycone kwasy t.: 38.31 g; W glowodany ogółem: 342.96 g; suma cukrów prostych: 54.61 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 32.17 g; Sód: 2292.74 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), twaróg (ME), salata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony lekki (GLU, ME, SE), filet z dorsza pieczony (RYB), ziemniaki got, szpinak got diety (GLU, ME), kompot z truskawek b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), pol dwica sopocka, salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: kasza bulgur z cukini, pomidorami i ziolami (GLU),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2101.27 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 61.67 g; nasycone kwasy t.: 29.67 g; W glowodany ogółem: 282.86 g; suma cukrów prostych: 41.06 g; Sól: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; Sód: 1198.28 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
makaron na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), twaróg (ME), salata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony lekki (GLU, ME, SE), filet z dorsza pieczony (RYB), ziemniaki got, szpinak got diety (GLU, ME), kompot z truskawek b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), pol dwica sopocka, salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: jablko pieczone,		Posiłek nocny: kasza bulgur z cukini, pomidorami i ziolami (GLU),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2181.57 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 62.32 g; nasycone kwasy t.: 29.74 g; W glowodany ogółem: 302.29 g; suma cukrów prostych: 56.63 g; Sól: 4.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; Sód: 1201.49 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw D03		
chleb ytni (GLU), margaryna, ser w dzony (ME), salata, seler naciowy (SE), herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z ry em cukrzykowa (ME, SE), filet z dorsza pieczony (RYB), ziemniaki got, surówka z kapusty kiszzonej, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, pol dwica sopocka, salata, rzodkiewbiała, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Jablko, ma larka (ME),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SO), salata, ogórek kiszony,	Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2132.23 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 61.75 g; nasycone kwasy t.: 22.84 g; W glowodany ogółem: 301.27 g; suma cukrów prostych: 56.70 g; Sól: 8.58 g; Błonnik pokarmowy: 46.37 g; Sód: 3110.57 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna, ser w dzony (ME), sałata, seler naciowy (SEZ), herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z rybem cukrzycowa (ME, SEZ), filet z dorsza pieczony (RYB), ziemniaki got., surówka z kapusty kiszanej, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, pol dwica soppocka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Jablko, ma lanka (ME),	Podwieczerek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata, ogórek kiszony,	Posilek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2132.23 kcal; Białko ogółem: 112.48 g; Tłuszcz: 61.75 g; nasycone kwasy t.: 22.84 g; W glowodany ogółem: 301.27 g; suma cukrów prostych: 56.70 g; Sól: 8.58 g; Błonnik pokarmowy: 46.37 g; Sód: 3110.57 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME		
makaron na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), ser w dzony (ME), sałata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony (GLU, ME, SEZ), filet z dorsza panierowany smony (GLU, RYB), ziemniaki got., surówka z kapusty kiszanej, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2630.88 kcal; Białko ogółem: 101.27 g; Tłuszcz: 107.42 g; nasycone kwasy t.: 38.16 g; W glowodany ogółem: 325.81 g; suma cukrów prostych: 39.03 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.08 g; Sód: 1923.53 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DO1/GL		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy, masło szt (ME), ser w dzony (ME), sałata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEZ), filet z dorsza pieczony (RYB), ziemniaki got., surówka z kapusty kiszanej, kompot z truskawek b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt (ME), pol dwica soppocka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kasza gryczana z cukini, pomidorami i ziolami,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2040.31 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 76.31 g; nasycone kwasy t.: 29.42 g; W glowodany ogółem: 242.34 g; suma cukrów prostych: 27.53 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 38.90 g; Sód: 1030.66 mg

pi tek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna DO1ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna, pasta z tofu (SOJ), sałata, urawina, herbata z cytryn b/c,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEZ), filet z dorsza panierowany smony (GLU, RYB), ziemniaki got., surówka z kapusty kiszanej, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, pol dwica soppocka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2362.28 kcal; Białko ogółem: 94.86 g; Tłuszcz: 86.58 g; nasycone kwasy t.: 15.32 g; W glowodany ogółem: 311.31 g; suma cukrów prostych: 31.70 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g; Sód: 2170.19 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb ytri (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, sałata, papryka wie a, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, ME</i>),	dyniowa (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, ME</i>), ry (<i>ME</i>), marchewka z groszkiem (<i>GLU, ME</i>), kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, sałata, cykorja, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: budy b/c (<i>ME</i>), syrop malinowy,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2289.65 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 73.72 g; nasycone kwasy t.: 37.47 g; W glowodany ogółem: 315.90 g; suma cukrów prostych: 73.69 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.80 g; Sód: 2357.07 mg

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
chleb ytri (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, sałata, papryka wie a, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, ME</i>),	dyniowa (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, ME</i>), ry (<i>ME</i>), marchewka z groszkiem (<i>GLU, ME</i>), kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, sałata, cykorja, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: mandarynka, jogurt naturalny (<i>ME</i>),		Posilek nocny: budy b/c (<i>ME</i>), syrop malinowy,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2440.40 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 76.99 g; nasycone kwasy t.: 39.28 g; W glowodany ogółem: 340.32 g; suma cukrów prostych: 92.41 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sód: 2452.92 mg

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, sałata, mus porzeczkowo-truskawkowy, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, ME</i>),	dyniowa lekka (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, ME</i>), ry (<i>ME</i>), marchew got (<i>GLU, ME</i>), kompot z wi ni b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, sałata, brokuly got z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: budy b/c (<i>ME</i>), syrop malinowy,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2295.00 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 71.19 g; nasycone kwasy t.: 34.91 g; W glowodany ogółem: 317.44 g; suma cukrów prostych: 75.45 g; Sól: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 29.10 g; Sód: 1438.97 mg

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka, sałata, mus porzeczkowo-truskawkowy, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, ME</i>),	dyniowa lekka (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, ME</i>), ry (<i>ME</i>), marchew got (<i>GLU, ME</i>), kompot z wi ni b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), ywiecka, sałata, seler gotowany z wody (<i>SEZ</i>), herbata z cytryn b/c,
II niadanie: jogurt naturalny (<i>ME</i>),		Posilek nocny: budy b/c (<i>ME</i>), syrop malinowy,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2379.72 kcal; Białko ogółem: 111.17 g; Tłuszcz: 74.01 g; nasycone kwasy t.: 36.68 g; W glowodany ogółem: 328.35 g; suma cukrów prostych: 81.65 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g; Sód: 1601.64 mg

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzysw D03		
chleb ytri (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	ukiniowa cukrzykowa (<i>ME, SEZ</i>), Indyk pieczony, ry (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z wi ni b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, ywiecka, sałata, cykorja, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: mandarynka, jogurt naturalny (<i>ME</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SO</i>), sałata, pomidor,	Posilek nocny: budy b/c (<i>ME</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2150.90 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 67.34 g; nasycone kwasy t.: 23.03 g; W glowodany ogółem: 303.21 g; suma cukrów prostych: 65.67 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 40.80 g; Sód: 2520.14 mg

sobota 2026-03-21 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzysw ci owa C03		
chleb ytri (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	ukiniowa cukrzykowa (<i>ME, SEZ</i>), Indyk pieczony, ry (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z wi ni b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, ywiecka, sałata, cykorja, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: mandarynka, jogurt naturalny (<i>ME</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SO</i>), sałata, pomidor,	Posilek nocny: budy b/c (<i>ME</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 2150.90 kcal; Białko ogółem: 99.35 g; Tłuszcz: 67.34 g; nasycone kwasy tł.: 23.03 g; W glukozy ogółem: 303.21 g; suma cukrów prostych: 65.67 g; Sól: 6.96 g; Błonnik pokarmowy: 40.80 g; Sód: 2520.14 mg

sobota 2026-03-21		Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME
dzień yni (GLU), masło szt (ME), tu czyk (RYB), salata, papryka wie a, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, ME),	dyniowa (GLU, ME, SEZ), tofu (SOJ), ry (ME), marchewka z groszkiem (GLU, ME), kompot z wi ni b/c,	dzień pszenny (GLU), masło szt (ME), hummus (SEZ), salata, cykoria, herbata z cytryn b/c,
		Posilek noony: budy b/c (ME), syrop malinowy,

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 2345.51 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 86.09 g; nasycone kwasy tł.: 34.38 g; W glukozy ogółem: 317.61 g; suma cukrów prostych: 72.07 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sód: 1779.10 mg

sobota 2026-03-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL
dzień bezglutenowy, masło szt (ME), szynka, salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	dyniowa bezglutenowa (ME, SEZ), Indyk pieczony, ry (ME), marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa, kompot z wi ni b/c,	dzień bezglutenowy, masło szt (ME), ywiecka, salata, cykoria, herbata z cytryn b/c,
		Posilek noony: budy b/c (ME), syrop malinowy,

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 1947.03 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 71.23 g; nasycone kwasy tł.: 29.40 g; W glukozy ogółem: 240.88 g; suma cukrów prostych: 59.52 g; Sól: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Sód: 1292.89 mg

sobota 2026-03-21		Jadłospis dla diety: Bezmleczna DOI/ML
dzień yni (GLU), margaryna, szynka, salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,	dyniowa bezmleczna bezglutenowa (SEZ), Indyk pieczony, ry (ME), marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa, kompot z wi ni b/c,	dzień pszenny (GLU), margaryna, ywiecka, salata, cykoria, herbata z cytryn b/c,
		Posilek noony: budy b/c na mleku sojowym (SOJ), syrop malinowy,

Warto ci od wcz: Warto energetyczna: 1909.67 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 53.73 g; nasycone kwasy tł.: 16.96 g; W glukozy ogółem: 276.70 g; suma cukrów prostych: 54.35 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sód: 2151.32 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb ytni (GLU), masło szt (ME), twaro ek z pomidorami (ME), salata, banan, kakao z mlekiem b/c (ME),	kalafiorowa (GLU, ME, SEZ), Kotlet schabowy sma ony (GLU), ziemniaki got, salata ze mietan (ME), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kefir (ME), otr by ytnie - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2386.88 kcal; Bialko ogolem: 116.03 g; Tluszcz: 92.01 g; nasycone kwasy tl.: 39.33 g; W glowodany ogolem: 292.72 g; suma cukrow prostych: 64.51 g; Sol: 4.87 g; Bionnik pokarmowy: 40.04 g; Sód: 1907.12 mg

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
chleb ytni (GLU), masło szt (ME), twaro ek z pomidorami (ME), salata, banan, kakao z mlekiem b/c (ME),	kalafiorowa (GLU, ME, SEZ), Kotlet schabowy sma ony (GLU), ziemniaki got, salata ze mietan (ME), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Kisel b/c, pestki dyni,		Posilek nocny: kefir (ME), otr by ytnie - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2512.68 kcal; Bialko ogolem: 120.93 g; Tluszcz: 101.17 g; nasycone kwasy tl.: 41.02 g; W glowodany ogolem: 299.42 g; suma cukrow prostych: 64.73 g; Sol: 4.87 g; Bionnik pokarmowy: 41.10 g; Sód: 1907.12 mg

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), twaro ek z pomidorami (ME), salata, banan, kakao z mlekiem b/c (ME),	krupnik jaglany lekki (SEZ), Schab pieczony, ziemniaki got, salata z jogurtem (ME), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, kalarepa gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: kefir (ME), chleb kukurydziany chrupki,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2116.32 kcal; Bialko ogolem: 119.96 g; Tluszcz: 64.63 g; nasycone kwasy tl.: 27.72 g; W glowodany ogolem: 270.58 g; suma cukrow prostych: 62.00 g; Sol: 4.60 g; Bionnik pokarmowy: 22.77 g; Sód: 850.07 mg

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), twaro ek z pomidorami (ME), salata, banan, kakao z mlekiem b/c (ME),	krupnik jaglany lekki (SEZ), Schab pieczony, ziemniaki got, salata z jogurtem (ME), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	bulka wrodawska (GLU), masło szt (ME), pol dwica drobiowa, salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Kisel b/c, waffle ry owe,		Posilek nocny: kefir (ME), chleb kukurydziany chrupki,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2189.40 kcal; Bialko ogolem: 121.60 g; Tluszcz: 65.20 g; nasycone kwasy tl.: 27.81 g; W glowodany ogolem: 286.77 g; suma cukrow prostych: 65.09 g; Sol: 4.71 g; Bionnik pokarmowy: 25.65 g; Sód: 895.08 mg

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw D03		
chleb ytni (GLU), margaryna, twaro ek z pomidorami (ME), salata, kivi, herbata z cytryn b/c,	kalafiorowa cukrzykowa (ME, SEZ), Schab pieczony, ziemniaki got, salata z jogurtem (ME), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, pol dwica drobiowa, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Kisel b/c, pestki dyni,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SO), salata, rzodkiewka,	Posilek nocny: kefir (ME), otr by ytnie - dodatek (GLU),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1947.01 kcal; Bialko ogolem: 120.76 g; Tluszcz: 64.56 g; nasycone kwasy tl.: 18.58 g; W glowodany ogolem: 243.77 g; suma cukrow prostych: 37.31 g; Sol: 5.58 g; Bionnik pokarmowy: 47.16 g; Sód: 2189.64 mg

niedziela 2026-03-22 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw ci owa C03		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, twaro ek z pomidorami (<i>ME</i>), salata, kiwi, herbata z cytryn b/c,	kalafiorowa cukrzykowa (<i>ME, SEL</i>), Schab pieczony, ziemniaki got, salata z jogurtem (<i>ME</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, pol dwica drobiowa, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Kisiel b/c, pestki dyni,	Podwieczerek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SO</i>), salata, rzodkiewka,	Positek nocny: kefir (<i>ME</i>), otr by ytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1947.01 kcal; Bialko ogolem: 120.76 g; Tluszcz: 64.56 g; nasycone kwasy tl.: 18.58g; W glowodany ogolem: 243.77 g; suma cukrowprostych: 37.31 g; Sol: 5.58 g; Bionnik pokarmowy: 47.16g; Sód: 2189.64 mg

niezidla 2026-03-22 Jadlospis dla diety: Wegetaria ska DOIME		
chleb ytni (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), twaro ek z pomidorami (<i>ME</i>), salata, banan, kakao z mlekiem b/c (<i>ME</i>),	kalafiorowa (<i>GLU, ME, SEL</i>), kotlety sojowe (<i>SO</i>), ziemniaki got, salata ze mietan (<i>ME</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), Jajka gotowane, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Positek nocny: kefir (<i>ME</i>), otr by ytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2188.54 kcal; Bialko ogolem: 108.25 g; Tluszcz: 77.81 g; nasycone kwasy tl.: 39.38g; W glowodany ogolem: 278.61 g; suma cukrowprostych: 68.26 g; Sol: 3.85 g; Bionnik pokarmowy: 45.00g; Sód: 1496.88 mg

niezidla 2026-03-22 Jadlospis dla diety: Bezglutenowa DO1/GL		
chleb bezglutenowy, maslo szt (<i>ME</i>), twaro ek z pomidorami (<i>ME</i>), salata, banan, herbata z cytryn b/c,	kalafiorowa bezglutenowa (<i>ME, SEL</i>), Schab pieczony, ziemniaki got, salata ze mietan (<i>ME</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb bezglutenowy, maslo szt (<i>ME</i>), pol dwica drobiowa, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Positek nocny: kefir (<i>ME</i>), chleb kukurydziany chrupki,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1965.39 kcal; Bialko ogolem: 101.58 g; Tluszcz: 80.83 g; nasycone kwasy tl.: 32.82g; W glowodany ogolem: 209.42 g; suma cukrowprostych: 50.68 g; Sol: 4.14 g; Bionnik pokarmowy: 35.44g; Sód: 758.58 mg

niezidla 2026-03-22 Jadlospis dla diety: Bezmleczna DO1ML		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, paprykarz (<i>SO</i>), salata, pomidor, banan, herbata z cytryn b/c,	kalafiorowa bezmleczna (<i>GLU, SEL</i>), Kilet schabowy sma ony (<i>GLU</i>), ziemniaki got, salata vinegrette, kompot z czerwonej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, pol dwica drobiowa, salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Positek nocny: Galaretka owocowa, otr by ytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2049.01 kcal; Bialko ogolem: 84.42 g; Tluszcz: 63.26 g; nasycone kwasy tl.: 11.32g; W glowodany ogolem: 304.37 g; suma cukrowprostych: 41.54 g; Sol: 4.87 g; Bionnik pokarmowy: 40.96g; Sód: 1684.04 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z makaronem (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Ry z jabłkiem, serem białymi polew owocow pieczony (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), Indyk w dzony, salata, wikla (<i>ME, SOZ</i>), herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: Chalka, masło szt (<i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2295.07 kcal; Białko ogółem: 92.30g; Tłuszcz: 73.20g; nasycone kwasy t.: 36.26g; W glowodany ogółem: 334.77g; suma cukrów prostych: 72.32g; Sól: 7.53g; Błonnik pokarmowy: 35.96g; Sód: 3011.99mg

poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci anychi kami cych C01		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z makaronem (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Ry z jabłkiem, serem białymi polew owocow pieczony (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), Indyk w dzony, salata, wikla (<i>ME, SOZ</i>), herbata z cytryn b/c,
II niadanie: serek homogenizowany waniliowy (<i>ME</i>),		Posiłek nocny: Chalka, masło szt (<i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2611.07 kcal; Białko ogółem: 125.90g; Tłuszcz: 81.60g; nasycone kwasy t.: 41.30g; W glowodany ogółem: 361.37g; suma cukrów prostych: 98.12g; Sól: 7.73g; Błonnik pokarmowy: 35.96g; Sód: 3091.99mg

poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, ME</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka konserwowa, salata, cukinia gotwana, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z makaronem lekka (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Ry z jabłkiem, serem białymi polew owocow pieczony (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), Indyk w dzony, salata, buraczki gotz w wody, herbata z cytryn b/c,
		Posiłek nocny: Chalka, masło szt (<i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2285.47 kcal; Białko ogółem: 94.03g; Tłuszcz: 70.55g; nasycone kwasy t.: 33.78g; W glowodany ogółem: 328.98g; suma cukrów prostych: 72.77g; Sól: 5.74g; Błonnik pokarmowy: 27.94g; Sód: 1362.47mg

poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci anychi kami cych C02		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, ME</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), szynka konserwowa, salata, cukinia gotwana, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z makaronem lekka (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Ry z jabłkiem, serem białymi polew owocow pieczony (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>ME</i>), Indyk w dzony, salata, buraczki gotz w wody, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: serek homogenizowany waniliowy (<i>ME</i>),		Posiłek nocny: Chalka, masło szt (<i>ME</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2601.47 kcal; Białko ogółem: 127.63g; Tłuszcz: 78.95g; nasycone kwasy t.: 38.82g; W glowodany ogółem: 355.58g; suma cukrów prostych: 98.57g; Sól: 5.94g; Błonnik pokarmowy: 27.94g; Sód: 1442.47mg

poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	pomidorowa z makaronem cukrzyca (<i>GLU, ME, SEZ</i>), Ry br zowy z jabłkiem, serem białymi polew jogurtow pieczony (<i>ME</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk w dzony, salata, seler naciowy (<i>SEZ</i>), herbata z cytryn b/c,
II niadanie: jogurt naturalny pitny,	Podwieczerek: salatka grecka (<i>ME</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), salata, papryka wie a,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2145.59 kcal; Białko ogółem: 90.52g; Tłuszcz: 70.54g; nasycone kwasy t.: 20.59g; W glowodany ogółem: 306.69g; suma cukrów prostych: 51.12g; Sól: 9.18g; Błonnik pokarmowy: 52.38g; Sód: 3356.18mg

poniedziałek 2026-03-23 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow ławoprzysw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb ytni (GLU), margaryna, szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	porridorowa z makaronem cukrzyca (GLU, ME, SEZ), Ry br zowy z jablkiem, serem białymi polew jogurtow pieczony (ME), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, Indyk w dzony, salata, seler naciowy (SEZ), herbata z cytryn b/c,
II niadanie: jogurt naturalny pitny,	Podwieczorek: salata grecka (ME), chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posilek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), salata, papryka wie a,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2145.59 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 70.54 g; nasycone kwasy t.: 20.59 g; W glowodany ogółem: 306.69 g; suma cukrów prostych: 51.12 g; Sól: 9.18 g; Błonnik pokarmowy: 52.38 g; Sód: 3356.18 mg

poniedziałek 2026-03-23		Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME
kasza jeczmienna na mleku (GLU, ME), chleb ytni (GLU), masło szt (ME), paprykarz (SOJ), salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	porridorowa z makaronem (GLU, ME, SEZ), Ry z jablkiem, serem białymi polew owocow pieczony (ME), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), pasta z tofu (SOJ), salata, wikla (ME, SOJ), herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: Chalka, masło szt (ME),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2490.25 kcal; Białko ogółem: 78.11 g; Tłuszcz: 94.24 g; nasycone kwasy t.: 39.12 g; W glowodany ogółem: 349.56 g; suma cukrów prostych: 72.67 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 37.52 g; Sód: 2179.67 mg

poniedziałek 2026-03-23		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DO1/GL
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy, masło szt (ME), szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	porridorowa z makaronem bezglutenowa (ME, SEZ), Ry z jablkiem, serem białymi polew owocow pieczony (ME), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt (ME), Indyk w dzony, salata, wikla (ME, SOJ), herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: chleb kukurydziany chrupki, hummus dodatek (SEZ), salata, papryka wie a,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2233.43 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 82.80 g; nasycone kwasy t.: 27.66 g; W glowodany ogółem: 287.52 g; suma cukrów prostych: 63.06 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 44.60 g; Sód: 1870.28 mg

poniedziałek 2026-03-23		Jadłospis dla diety: Bezmleczna DO1/ML
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb ytni (GLU), margaryna, szynka konserwowa, salata, ogórek kiszony, herbata z cytryn b/c,	porridorowa z makaronem bezmleczna bezglutenowa (SEZ), ry z jablkiem, serek sojowy waniliowy (SOJ), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, Indyk w dzony, salata, wikla (ME, SOJ), herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), salata, papryka wie a,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1913.40 kcal; Białko ogółem: 72.55 g; Tłuszcz: 55.34 g; nasycone kwasy t.: 11.01 g; W glowodany ogółem: 296.02 g; suma cukrów prostych: 44.31 g; Sól: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; Sód: 2906.95 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
planki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	szpinakowa (<i>GLU, ME, SE</i>), gulasz drobiowy duszony (<i>GLU</i>), ziemniaki got, mizeria (<i>ME</i>), kompot z jabłek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), pasta z soczewicy (<i>JAJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2195.79 kcal; Bialko ogolem: 104.66 g; Tluszcz: 69.59 g; nasycone kwasy tl.: 28.34 g; W glowodany ogolem: 306.23 g; suma cukrowprostych: 51.02 g; Sol: 6.13 g; Bionnik pokarmowy: 38.47 g; Sód: 2251.04 mg

wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychi kami cych C01		
planki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	szpinakowa (<i>GLU, ME, SE</i>), gulasz drobiowy duszony (<i>GLU</i>), ziemniaki got, mizeria (<i>ME</i>), kompot z jabłek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), pasta z soczewicy (<i>JAJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: gruszka,		Posilek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2305.99 kcal; Bialko ogolem: 105.80 g; Tluszcz: 69.97 g; nasycone kwasy tl.: 28.42 g; W glowodany ogolem: 333.59 g; suma cukrowprostych: 69.83 g; Sol: 6.14 g; Bionnik pokarmowy: 42.46 g; Sód: 2254.84 mg

wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
planki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, dynia gotwana z wody, herbata z cytryn b/c,	szpinakowa lekka (<i>GLU, ME, SE</i>), gulasz drobiowy lekki duszony (<i>GLU, ME, SE</i>), ziemniaki got, fasolka szparagowa dieta, kompot z jabłek b/c,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), pasta z warzywkorzeniowych (<i>SE</i>), salata, jogurt naturalny (<i>ME</i>), herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: bułka wrodawska (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2187.83 kcal; Bialko ogolem: 107.36 g; Tluszcz: 52.66 g; nasycone kwasy tl.: 25.45 g; W glowodany ogolem: 333.11 g; suma cukrowprostych: 53.73 g; Sol: 5.99 g; Bionnik pokarmowy: 32.66 g; Sód: 1288.48 mg

wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychi kami cych C02		
planki owsiane na mleku (<i>GLU, ME</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), szynka wiejska, salata, dynia gotwana z wody, herbata z cytryn b/c,	szpinakowa lekka (<i>GLU, ME, SE</i>), gulasz drobiowy lekki duszony (<i>GLU, ME, SE</i>), ziemniaki got, kabaczek gotwany, kompot z jabłek b/c,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), maslo szt (<i>ME</i>), pasta z warzywkorzeniowych (<i>SE</i>), salata, jogurt naturalny (<i>ME</i>), herbata z cytryn b/c,
II niadanie: Gruszka pieczona,		Posilek nocny: bułka wrodawska (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2270.58 kcal; Bialko ogolem: 106.79 g; Tluszcz: 52.87 g; nasycone kwasy tl.: 25.44 g; W glowodany ogolem: 354.24 g; suma cukrowprostych: 73.64 g; Sol: 5.99 g; Bionnik pokarmowy: 34.39 g; Sód: 1288.91 mg

wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, salata, rzodkiewka, herbata z cytryn b/c,	szpinakowa cukrzykowa (<i>ME, SE</i>), Indyk pieczony, ziemniaki got, mizeria z jogurtem (<i>ME</i>), kompot z jabłek b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, pasta z soczewicy (<i>JAJ</i>), salata, papryka wie a, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: gruszka, serek wiejski (<i>ME</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), pasztet sojowy dodatek (<i>SOJ, GOR</i>), salata, rzodkiew biala,	Posilek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2082.98 kcal; Bialko ogolem: 118.35 g; Tluszcz: 59.13 g; nasycone kwasy tl.: 15.35 g; W glowodany ogolem: 291.48 g; suma cukrowprostych: 61.38 g; Sol: 8.42 g; Bionnik pokarmowy: 47.58 g; Sód: 3066.82 mg

wtorek 2026-03-24 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb ytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , salata , rzodkiewka , herbata z cytryn b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (ME, SEZ), Indyk pieczony , ziemniaki got , mizeria z jogurtem (ME), kompotz jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z soczewicy (JAJ), salata , papryka wie a , herbata z cytryn b/c ,
II niadanie: gruszka , serek wiejski (ME),	Podwieczerek: chleb razowy (GLU), paszlet sojowy dodatek (SOJ, GOR), salata , rzodkiew biala ,	Posilek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2082.98 kcal; Bialko ogolem: 118.35 g; Tluszcz: 59.13 g; nasycone
kwasy tl.: 15.35g; W glowodany ogolem: 291.48 g; suma cukrowprostych: 61.38 g; Sol: 8.42 g; Bionnik pokarmowy:
47.58g; Sód: 3066.82 mg

wtorek 2026-03-24 Jadlospis dla diety: Wegetaria ska DOIME		
plalki owsiane na mleku (GLU, ME), chleb ytni (GLU), maslo szt (ME), ser oty (ME), salata , herbata z cytryn b/c , rzodkiewka ,	szpinakowa (GLU, ME, SEZ), Jajko sadzone 2 szt, ziemniaki got , mizeria (ME), kompotz jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), maslo szt (ME), pasta z soczewicy (JAJ), salata , papryka wie a , herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), salata ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2516.20 kcal; Bialko ogolem: 95.10 g; Tluszcz: 112.23 g; nasycone
kwasy tl.: 41.00g; W glowodany ogolem: 298.42 g; suma cukrowprostych: 48.30 g; Sol: 6.17 g; Bionnik pokarmowy:
38.77 g; Sód: 2181.29 mg

wtorek 2026-03-24 Jadlospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL		
plalki ry owe na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , maslo szt (ME), szynka wiejska , salata , rzodkiewka , herbata z cytryn b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEZ), Indyk pieczony , ziemniaki got , mizeria (ME), kompotz jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , maslo szt (ME), pasta z soczewicy (JAJ), salata , papryka wie a , herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: chleb kukurydziany drupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1908.01 kcal; Bialko ogolem: 95.73 g; Tluszcz: 66.44 g; nasycone
kwasy tl.: 21.65g; W glowodany ogolem: 232.86 g; suma cukrowprostych: 38.11 g; Sol: 5.17 g; Bionnik pokarmowy:
39.21 g; Sód: 1001.70 mg

wtorek 2026-03-24 Jadlospis dla diety: Bezmleczna DOI/ML		
plalki ry owe na mleku sojowym (SOJ), chleb ytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , salata , rzodkiewka , herbata z cytryn b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEZ), Indyk pieczony , ziemniaki got , fasolka szparagowa bezmleczna bezglutenowa , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soczewicy (JAJ), salata , papryka wie a , herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 1948.45 kcal; Bialko ogolem: 106.15 g; Tluszcz: 47.45 g; nasycone
kwasy tl.: 10.25g; W glowodany ogolem: 291.56 g; suma cukrowprostych: 41.45 g; Sol: 5.81 g; Bionnik pokarmowy:
40.50g; Sód: 2115.24 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
I niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
roda 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), jajecznica ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	zacierkowa z boczkiem (<i>GLU, SEZ</i>), Kark pieczony wplastrach (<i>GLU</i>), ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty (<i>JAU</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: dorsz wgalarecie (<i>RYB, SEZ</i>), chleb razowy (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2338.41 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 87.26 g; nasycone kwasy t.: 34.62g; W glowodany ogółem: 276.45 g; suma cukrów prostych: 43.57 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 29.52g; Sód: 2230.66 mg

roda 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), jajecznica ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	zacierkowa z boczkiem (<i>GLU, SEZ</i>), Kark pieczony wplastrach (<i>GLU</i>), ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty (<i>JAU</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: mandarynka,		Posilek nocny: dorsz wgalarecie (<i>RYB, SEZ</i>), chleb razowy (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2399.16 kcal; Białko ogółem: 126.64 g; Tłuszcz: 87.53 g; nasycone kwasy t.: 34.65g; W glowodany ogółem: 291.57 g; suma cukrów prostych: 55.99 g; Sól: 5.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.08g; Sód: 2232.01 mg

roda 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), jajecznica na parze, salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn b/c,	zacierkowa z masłem (<i>GLU, SEZ</i>), Schab pieczony, ziemniaki got, buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, kalarepa gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: dorsz wgalarecie (<i>RYB, SEZ</i>), bulka wrodawska (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2271.74 kcal; Białko ogółem: 138.55 g; Tłuszcz: 73.31 g; nasycone kwasy t.: 29.39g; W glowodany ogółem: 274.77 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Sól: 5.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.11g; Sód: 1617.42 mg

roda 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), jajecznica na parze, salata, pomidor bez skórki, herbata z cytryn b/c,	zacierkowa z masłem (<i>GLU, SEZ</i>), Schab pieczony, ziemniaki got, buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bulka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: banan,		Posilek nocny: dorsz wgalarecie (<i>RYB, SEZ</i>), bulka wrodawska (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2416.54 kcal; Białko ogółem: 140.61 g; Tłuszcz: 73.95 g; nasycone kwasy t.: 29.57g; W glowodany ogółem: 309.73 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 31.75g; Sód: 1663.69 mg

roda 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna, jajecznica ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), salata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	jarzynowa cukrzycowa (<i>SEZ</i>), Schab pieczony, ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty cuk, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), salata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie: mandarynka, kefir (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), ser dty dodatek (<i>MLE</i>), salata, ogórek zielony,	Posilek nocny: dorsz wgalarecie (<i>RYB, SEZ</i>), chleb razowy (<i>GLU</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2176.91 kcal; Białko ogółem: 137.16 g; Tłuszcz: 74.28 g; nasycone kwasy t.: 22.69g; W glowodany ogółem: 264.16 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 48.08g; Sód: 2692.19 mg

roda 2026-03-25 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow latwo przysw ci owa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna, jajecznica ze szczypiorkiem (ME), sałata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	jarzynowa cukrzykowa (SEZ), Schab pieczony, ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty cuk, kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, szynka drobiowa (SOJ), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
II niadanie : mandarynka, kefir (ME),	Podwieczorek : chleb razowy (GLU), ser ołty dodatek (ME), sałata, ogórek zielony,	Posilek nocny : dorsz w galarecie (Ryb, SEZ), chleb razowy (GLU),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2176.91 kcal; Białko ogółem: 137.16 g; Tłuszcz: 74.28 g; nasycone kwasy t.: 22.69 g; W glowodany ogółem: 264.16 g; suma cukrów prostych: 52.47 g; Sól: 6.72 g; Błonnik pokarmowy: 48.08 g; Sód: 2692.19 mg

rodz 2026-03-25		Jadłospis dla diety: Wegetaria ska DOIME
kasza kuskus na mleku (GLU, ME), kajzerka (GLU), masło szt (ME), jajecznica ze szczypiorkiem (ME), sałata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	zacierkowa z masłem (GLU, SEZ), kotlety sojowe (SOJ), ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), masło szt (ME), paszтет sojowy (SOJ, GOR), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny : dorsz w galarecie (Ryb, SEZ), chleb razowy (GLU),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2286.97 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 84.49 g; nasycone kwasy t.: 28.02 g; W glowodany ogółem: 279.88 g; suma cukrów prostych: 47.26 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 36.83 g; Sód: 1625.87 mg

rodz 2026-03-25		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa DOI/GL
ry na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy, masło szt (ME), jajecznica ze szczypiorkiem (ME), sałata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	jarzynowa bezmleczna bezglutenowa (SEZ), Schab pieczony, ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb bezglutenowy, masło szt (ME), szynka drobiowa (SOJ), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny : dorsz w galarecie (Ryb, SEZ), chleb bezglutenowy,

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2271.52 kcal; Białko ogółem: 129.69 g; Tłuszcz: 96.98 g; nasycone kwasy t.: 26.78 g; W glowodany ogółem: 222.03 g; suma cukrów prostych: 35.78 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 44.04 g; Sód: 1198.24 mg

rodz 2026-03-25		Jadłospis dla diety: Bezmleczna DOI/ML
ry na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna, jajecznica na parze, sałata, pomidor, herbata z cytryn b/c,	zacierkowa z boczkiem (GLU, SEZ), Kark pieczony w plastrach (GLU), ziemniaki got, surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, szynka drobiowa (SOJ), sałata, kalarepa, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny : dorsz w galarecie (Ryb, SEZ), chleb razowy (GLU),

Warto ci od ycze: Warto energetyczna: 2231.76 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 78.21 g; nasycone kwasy t.: 20.31 g; W glowodany ogółem: 270.65 g; suma cukrów prostych: 36.32 g; Sól: 5.61 g; Błonnik pokarmowy: 30.43 g; Sód: 2121.82 mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posilek nocny
czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynkowa (<i>SOJ</i>), salata , ogórek kiszony , herbata z cytryn b/c ,	fásolowa (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Kurczak po hawajsku (<i>GLU</i>), ry (<i>MLE</i>), brokuly got (<i>MLE</i>), kompot z wi ni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), salátka jarzynowa (<i>JAJ, SEL</i>), salata , herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: ma lanka (<i>MLE</i>), orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2562.67 kcal; Białko ogółem: 122.29g; Tłuszcz: 91.19g; nasycone kwasy t.: 29.73g; W glowodany ogółem: 332.63g; suma cukrów prostych: 67.38g; Sól: 9.23g; Błonnik pokarmowy: 40.41g; Sód: 3690.19mg

czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ci amychni kami cych C01		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), chleb ytni (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynkowa (<i>SOJ</i>), salata , ogórek kiszony , herbata z cytryn b/c ,	fásolowa (<i>GLU, SOJ, SEL</i>), Kurczak po hawajsku (<i>GLU</i>), ry (<i>MLE</i>), brokuly got (<i>MLE</i>), kompot z wi ni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), salátka jarzynowa (<i>JAJ, SEL</i>), salata , herbata z cytryn b/c ,
II niadanie: winogrona ,		Posilek nocny: ma lanka (<i>MLE</i>), orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2632.25 kcal; Białko ogółem: 122.78g; Tłuszcz: 91.39g; nasycone kwasy t.: 29.80g; W glowodany ogółem: 349.88g; suma cukrów prostych: 82.27g; Sól: 9.24g; Błonnik pokarmowy: 41.88g; Sód: 3692.15mg

czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynkowa (<i>SOJ</i>), salata , cukinia gotowana , herbata z cytryn b/c ,	ziemniaczana (<i>GLU, SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , ry (<i>MLE</i>), brokuly got (<i>MLE</i>), kompot z wi ni b/c ,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), salátka jarzynowa lekka (<i>SEL</i>), salata , herbata z cytryn b/c ,
		Posilek nocny: ma lanka (<i>MLE</i>), wafle ry owe ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2164.88 kcal; Białko ogółem: 108.75g; Tłuszcz: 62.04g; nasycone kwasy t.: 28.24g; W glowodany ogółem: 300.01g; suma cukrów prostych: 52.78g; Sól: 6.17g; Błonnik pokarmowy: 23.16g; Sód: 1533.16mg

czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ci amychni kami cych C02		
plátky kukurydziane na mleku (<i>MLE</i>), bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), szynkowa (<i>SOJ</i>), salata , cukinia gotowana , herbata z cytryn b/c ,	ziemniaczana (<i>GLU, SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , ry (<i>MLE</i>), szpinak got diety (<i>GLU, MLE</i>), kompot z wi ni b/c ,	bułka wrodawska (<i>GLU</i>), masło szt (<i>MLE</i>), salátka jarzynowa lekka (<i>SEL</i>), salata , herbata z cytryn b/c ,
II niadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy ,		Posilek nocny: ma lanka (<i>MLE</i>), wafle ry owe ,

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2279.25 kcal; Białko ogółem: 111.04g; Tłuszcz: 67.00g; nasycone kwasy t.: 31.14g; W glowodany ogółem: 318.90g; suma cukrów prostych: 57.46g; Sól: 6.27g; Błonnik pokarmowy: 30.42g; Sód: 1573.56mg

czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow łatwo przysw D03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), salata , ogórek kiszony , herbata z cytryn b/c ,	fásolowa cukrzyca (<i>SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , ry (<i>MLE</i>), brokuly got (<i>MLE</i>), kompot z wi ni b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , salátka jarzynowa cukrzykowa , salata , herbata z cytryn b/c ,
II niadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , budy b/c (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), salata , papryka wie a ,	Posilek nocny: ma lanka (<i>MLE</i>), orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2383.01 kcal; Białko ogółem: 122.67g; Tłuszcz: 76.01g; nasycone kwasy t.: 22.33g; W glowodany ogółem: 327.23g; suma cukrów prostych: 70.33g; Sól: 8.67g; Błonnik pokarmowy: 52.49g; Sód: 3488.58mg

czwartek 2026-03-26 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. w glow łatwo przysw ci owa C03		
chleb ytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), salata , ogórek kiszony , herbata z cytryn b/c ,	fásolowa cukrzyca (<i>SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , ry (<i>MLE</i>), brokuly got (<i>MLE</i>), kompot z wi ni b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , salátka jarzynowa cukrzykowa , salata , herbata z cytryn b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

II riadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy, budy b/c (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), salata, papryka wie a,	Posilek nocny: ma lanka (MLE), orzechy laskowe (ORZ),
---	---	--

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2383.01 kcal; Bialko ogolem: 122.67 g; Tluszcz: 76.01 g; nasycone kwasy tl.: 22.33g; W glowodany ogolem: 327.23g; suma cukrowprostych: 70.33g; Sol: 8.67g; Bionnik pokarmowy: 52.49g; Sód: 3488.58mg

czwartek 2026-03-26 Jadlospis dla diety: Wegetaria ska DOIME		
platk kukurydziane na mleku (MLE), chleb ytni (GLU), maslo szt (MLE), paprykarz (SOJ), salata, ogorek kiszony, herbata z cytryn b/c,	faselowa (GLU, SOJ, SEZ), Tofu po hawajsku (GLU, SOJ), ry (MLE), brokuly got (MLE), kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (GLU), maslo szt (MLE), salatka jarzynowa (JAJ, SEZ), salata, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: ma lanka (MLE), orzechy laskowe (ORZ),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2716.08 kcal; Bialko ogolem: 109.90g; Tluszcz: 107.84g; nasycone kwasy tl.: 31.35g; W glowodany ogolem: 350.94g; suma cukrowprostych: 64.85g; Sol: 8.45g; Bionnik pokarmowy: 45.52g; Sód: 3094.54mg

czwartek 2026-03-26 Jadlospis dla diety: Bezglutenowa DO1/GL		
platk kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy, maslo szt (MLE), szynkowa (SOJ), salata, ogorek kiszony, herbata z cytryn b/c,	faselowa bezglutenowa (MLE, SEZ), Piersi z kurczaka pieczone, ry (MLE), brokuly got (MLE), kompot z wi ni b/c,	chleb bezglutenowy, maslo szt (MLE), salatka jarzynowa (JAJ, SEZ), salata, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: ma lanka (MLE), orzechy laskowe (ORZ),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2479.10 kcal; Bialko ogolem: 112.05g; Tluszcz: 106.05g; nasycone kwasy tl.: 35.24g; W glowodany ogolem: 274.78g; suma cukrowprostych: 57.00g; Sol: 8.59g; Bionnik pokarmowy: 44.08g; Sód: 2579.58mg

czwartek 2026-03-26 Jadlospis dla diety: Bezmleczna DO1/ML		
platk kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb ytni (GLU), margaryna, szynkowa (SOJ), salata, ogorek kiszony, herbata z cytryn b/c,	faselowa bezmleczna (SEZ), Kurczak po hawajsku (GLU), ry (MLE), brokuly got (MLE), kompot z wi ni b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, salatka jarzynowa (JAJ, SEZ), salata, herbata z cytryn b/c,
		Posilek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ), orzechy laskowe (ORZ),

Warto ci od ywze: Warto energetyczna: 2532.62 kcal; Bialko ogolem: 116.44g; Tluszcz: 91.95g; nasycone kwasy tl.: 20.48g; W glowodany ogolem: 328.13g; suma cukrowprostych: 44.85g; Sol: 8.60g; Bionnik pokarmowy: 42.83g; Sód: 3247.41mg