

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jaglana na mleku (MLE), grahamka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku (GLU, MLE, SEL), kotlet rybny smażony (GLU, RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2438.38 kcal; Białko ogółem: 116.49 g; Tłuszcz: 103.75 g; nasycone kwasy tł.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 275.86 g; suma cukrów prostych: 37.05 g; Sól: 10.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.60 g; Sód: 4015.05 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza jaglana na mleku (MLE), grahamka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku (GLU, MLE, SEL), kotlet rybny smażony (GLU, RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko ,		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2518.68 kcal; Białko ogółem: 117.13 g; Tłuszcz: 104.40 g; nasycone kwasy tł.: 31.37 g; Węglowodany ogółem: 295.29 g; suma cukrów prostych: 52.63 g; Sól: 10.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.81 g; Sód: 4018.26 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jaglana na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonych warzyw lekka (GLU, MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , szpinak got dieta (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2228.22 kcal; Białko ogółem: 123.81 g; Tłuszcz: 69.53 g; nasycone kwasy tł.: 25.86 g; Węglowodany ogółem: 287.03 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; Sód: 1285.14 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza jaglana na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , jabłko pieczone , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonych warzyw lekka (GLU, MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , szpinak got dieta (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318.22 kcal; Białko ogółem: 130.26 g; Tłuszcz: 72.53 g; nasycone kwasy tł.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 296.33 g; suma cukrów prostych: 56.87 g; Sól: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 26.92 g; Sód: 1379.64 mg;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zupa z zielonego groszku (GLU, JAJ, MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,	Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.29 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 91.88 g; nasycone kwasy tł.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 279.30 g; suma cukrów prostych: 45.76 g; Sól: 11.27 g; Błonnik pokarmowy: 48.06 g; Sód: 4507.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-19		Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	zupa z zielonego groszku (GLU, JAJ, MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,	Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.29 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 91.88 g; nasycone kwasy tł.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 279.30 g; suma cukrów prostych: 45.76 g; Sól: 11.27 g; Błonnik pokarmowy: 48.06 g; Sód: 4507.19 mg;

piątek 2026-06-19		Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE
kasza jaglana na mleku (MLE), grahamka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku (GLU, MLE, SEL), kotlet rybny smażony (GLU, RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2377.42 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 96.86 g; nasycone kwasy tł.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 290.23 g; suma cukrów prostych: 37.05 g; Sól: 9.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g; Sód: 3417.64 mg;

piątek 2026-06-19		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL
kasza jaglana na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku bezmleczny bezglutenowy (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.94 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 101.19 g; nasycone kwasy tł.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 209.15 g; suma cukrów prostych: 33.15 g; Sól: 9.48 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sód: 2935.74 mg;

piątek 2026-06-19		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), grahamka (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonego groszku bezmleczny bezglutenowy (SEL), kotlet rybny smażony (GLU, RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty kiszanej , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka grecka bezmleczna (SOJ), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2330.02 kcal; Białko ogółem: 101.35 g; Tłuszcz: 98.97 g; nasycone kwasy tł.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 273.39 g; suma cukrów prostych: 29.26 g; Sól: 8.97 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g; Sód: 3082.52 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	cukiniowa (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1926.57 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 56.71 g; nasycone kwasy tł.: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 264.48 g; suma cukrów prostych: 34.25 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sód: 2336.45 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	cukiniowa (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , maślanka (MLE),		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.67 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 58.72 g; nasycone kwasy tł.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 301.47 g; suma cukrów prostych: 66.14 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; Sód: 2536.27 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor bez skórki , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	cukiniowa lekka (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza jaglana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945.17 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 54.14 g; nasycone kwasy tł.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 266.46 g; suma cukrów prostych: 34.12 g; Sól: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Sód: 1351.91 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor bez skórki , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	cukiniowa lekka (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza jaglana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka pieczona , maślanka (MLE),		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2158.27 kcal; Białko ogółem: 115.87 g; Tłuszcz: 56.15 g; nasycone kwasy tł.: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 303.44 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g; Sód: 1551.73 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzykowa (MLE, SEL), Schab pieczony , kasza gryczana (MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , maślanka (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.77 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 66.23 g; nasycone kwasy tł.: 15.85 g; Węglowodany ogółem: 283.83 g; suma cukrów prostych: 58.16 g; Sól: 7.35 g; Błonnik pokarmowy: 44.81 g; Sód: 2651.81 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzykowa (MLE, SEL), Schab pieczony , kasza gryczana (MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: nektarynka , maślanka (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek zielony ,
--	---	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2086.77 kcal; Białko ogółem: 106.88 g; Tłuszcz: 66.23 g; nasycone kwasy tł.: 15.85 g; Węglowodany ogółem: 283.83 g; suma cukrów prostych: 58.16 g; Sól: 7.35 g; Błonnik pokarmowy: 44.81 g; Sód: 2651.81 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	cukiniowa (GLU, MLE, SEL), kotlety sojowe (SOJ), kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , hummus (SEJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2104.54 kcal; Białko ogółem: 71.71 g; Tłuszcz: 84.35 g; nasycone kwasy tł.: 25.31 g; Węglowodany ogółem: 272.10 g; suma cukrów prostych: 38.34 g; Sól: 4.90 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g; Sód: 1328.67 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Schab pieczony , kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1673.64 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 65.74 g; nasycone kwasy tł.: 17.53 g; Węglowodany ogółem: 187.86 g; suma cukrów prostych: 20.14 g; Sól: 5.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.86 g; Sód: 1273.33 mg;

sobota 2026-06-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Schab pieczony , kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1745.22 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 53.97 g; nasycone kwasy tł.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 235.41 g; suma cukrów prostych: 22.29 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 33.20 g; Sód: 2231.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , kakao z mlekiem b/c (MLE),	barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02), Piersi z kurczaka duszone w sosie (GLU, MLE), ziemniaki got , fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.26 kcal; Białko ogółem: 139.93 g; Tłuszcz: 64.27 g; nasycone kwasy tł.: 28.47 g; Węglowodany ogółem: 266.62 g; suma cukrów prostych: 46.44 g; Sól: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.81 g; Sód: 2632.24 mg;

niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , kakao z mlekiem b/c (MLE),	barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02), Piersi z kurczaka duszone w sosie (GLU, MLE), ziemniaki got , fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: arbuz , kefir (MLE),		Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2255.34 kcal; Białko ogółem: 147.20 g; Tłuszcz: 68.34 g; nasycone kwasy tł.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Sól: 6.95 g; Błonnik pokarmowy: 40.05 g; Sód: 2709.02 mg;

niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , kakao z mlekiem b/c (MLE),	barszcz biały lekki (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka duszone w sosie (GLU, MLE), ziemniaki got , fasolka szparagowa dieta , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.29 kcal; Białko ogółem: 137.01 g; Tłuszcz: 58.35 g; nasycone kwasy tł.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 264.81 g; suma cukrów prostych: 45.89 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g; Sód: 1510.37 mg;

niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , kakao z mlekiem b/c (MLE),	barszcz biały lekki (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka duszone w sosie (GLU, MLE), ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kefir (MLE),		Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2175.35 kcal; Białko ogółem: 143.08 g; Tłuszcz: 63.23 g; nasycone kwasy tł.: 27.15 g; Węglowodany ogółem: 267.92 g; suma cukrów prostych: 53.91 g; Sól: 6.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.65 g; Sód: 1616.14 mg;

niedziela 2026-06-21 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały cukrzycowa (MLE, SEL, S02), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , fasolka szparagowa cukrzycowa , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , kefir (MLE),	Podwieczorek: serek wiejski (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1966.39 kcal; Białko ogółem: 139.96 g; Tłuszcz: 49.16 g; nasycone kwasy tł.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 268.79 g; suma cukrów prostych: 48.66 g; Sól: 8.23 g; Błonnik pokarmowy: 55.56 g; Sód: 3222.96 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03
chleb żytni (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały cukrzycowa (MLE, SEL, S02), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , kefir (MLE),	Podwieczorek: serek wiejski (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2028.09 kcal; Białko ogółem: 140.92 g; Tłuszcz: 53.42 g; nasycone kwasy tł.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 274.06 g; suma cukrów prostych: 49.10 g; Sól: 8.29 g; Błonnik pokarmowy: 56.32 g; Sód: 3249.56 mg;

niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE
chleb żytni (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , kakao z mlekiem b/c (MLE),	barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02), tofu (SOJ), ziemniaki got , fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.40 kcal; Białko ogółem: 109.43 g; Tłuszcz: 75.29 g; nasycone kwasy tł.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 263.93 g; suma cukrów prostych: 45.52 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 42.92 g; Sód: 2170.49 mg;

niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL
chleb bezglutenowy , margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , fasolka szparagowa bezmleczna bezglutenowa , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek wiejski (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1676.66 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 55.25 g; nasycone kwasy tł.: 17.47 g; Węglowodany ogółem: 180.83 g; suma cukrów prostych: 29.48 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sód: 1375.04 mg;

niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , fasolka szparagowa bezmleczna bezglutenowa , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1619.95 kcal; Białko ogółem: 86.37 g; Tłuszcz: 38.38 g; nasycone kwasy tł.: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 250.68 g; suma cukrów prostych: 21.84 g; Sól: 4.69 g; Błonnik pokarmowy: 40.23 g; Sód: 1528.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny (GLU, SEL), Jajka sadzone na twardo , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.53 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 102.85 g; nasycone kwasy tł.: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 293.11 g; suma cukrów prostych: 64.69 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.66 g; Sód: 2467.94 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny (GLU, SEL), Jajka sadzone na twardo , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2518.53 kcal; Białko ogółem: 96.25 g; Tłuszcz: 106.25 g; nasycone kwasy tł.: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 310.01 g; suma cukrów prostych: 71.99 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g; Sód: 2563.44 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny lekki (GLU, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , seler gotowany z ziołami (SEL), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2030.21 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 62.52 g; nasycone kwasy tł.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 283.72 g; suma cukrów prostych: 59.38 g; Sól: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g; Sód: 1362.37 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny lekki (GLU, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , seler gotowany z ziołami (SEL), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , mus z jabłek , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194.89 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 66.08 g; nasycone kwasy tł.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; suma cukrów prostych: 78.58 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; Sód: 1454.31 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny cukrzyca (GLU, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE), orzechy laskowe (ORZ),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , słupki marchewki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.30 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 93.75 g; nasycone kwasy tł.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; Sód: 2610.75 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny cukrzyca (GLU, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE), orzechy laskowe (ORZ),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , słupki marchewki ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2353.30 kcal; Białko ogółem: 90.62 g; Tłuszcz: 93.75 g; nasycone kwasy tł.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 306.49 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 44.47 g; Sód: 2610.75 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny (GLU, SEL), Jajka sadzone na twardo , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.96 kcal; Białko ogółem: 86.65 g; Tłuszcz: 107.62 g; nasycone kwasy tł.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 306.97 g; suma cukrów prostych: 64.76 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.53 g; Sód: 2200.13 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
ryż na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEL), Jajka sadzone na twardo , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.06 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 113.90 g; nasycone kwasy tł.: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 248.65 g; suma cukrów prostych: 62.44 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g; Sód: 1509.75 mg;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEL), Jajka sadzone na twardo , ziemniaki got , seler gotowany z ziołami (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.93 kcal; Białko ogółem: 90.25 g; Tłuszcz: 79.67 g; nasycone kwasy tł.: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 274.43 g; suma cukrów prostych: 46.32 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Sód: 2184.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z boczkiem (GLU , SEL), gulasz wieprzowy duszony (GLU), kasza bulgur (GLU , MLE), buraczki got (GLU , MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ , SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2583.27 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 78.98 g; nasycone kwasy tł.: 24.78 g; Węglowodany ogółem: 366.77 g; suma cukrów prostych: 52.90 g; Sól: 9.39 g; Błonnik pokarmowy: 52.13 g; Sód: 3452.92 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z boczkiem (GLU , SEL), gulasz wieprzowy duszony (GLU), kasza bulgur (GLU , MLE), buraczki got (GLU , MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ , SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2610.72 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 79.04 g; nasycone kwasy tł.: 24.79 g; Węglowodany ogółem: 374.21 g; suma cukrów prostych: 55.00 g; Sól: 9.39 g; Błonnik pokarmowy: 54.40 g; Sód: 3453.50 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z masłem (GLU , SEL), gulasz wieprzowy lekka duszony (GLU , MLE , SEL), kasza bulgur (GLU , MLE), buraczki got (GLU , MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , Marchewka got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.97 kcal; Białko ogółem: 111.96 g; Tłuszcz: 61.97 g; nasycone kwasy tł.: 24.94 g; Węglowodany ogółem: 313.70 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Sól: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.07 g; Sód: 1849.72 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z masłem (GLU , SEL), gulasz wieprzowy lekka duszony (GLU , MLE , SEL), kasza bulgur (GLU , MLE), buraczki got (GLU , MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , Marchewka got z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.41 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 62.03 g; nasycone kwasy tł.: 24.95 g; Węglowodany ogółem: 321.14 g; suma cukrów prostych: 50.13 g; Sól: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.34 g; Sód: 1850.30 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzycowa (SEL), Szynka pieczona , kasza bulgur (GLU , MLE), cukinia gotowana , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ , SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: sałatka z kalafiora cukrzycowa , pestki słonecznika ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.08 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 75.68 g; nasycone kwasy tł.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 289.84 g; suma cukrów prostych: 26.81 g; Sól: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 57.89 g; Sód: 3028.38 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzycowa (SEL), Szynka pieczona , kasza bulgur (GLU, MLE), cukinia gotowana , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: sałatka z kalafiora cukrzycowa , pestki słonecznika ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2201.08 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 75.68 g; nasycone kwasy tł.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 289.84 g; suma cukrów prostych: 26.81 g; Sól: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 57.89 g; Sód: 3028.38 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z masłem (GLU, SEL), kotlety sojowe (SOJ), kasza bulgur (GLU, MLE), buraczki got (GLU, MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2695.53 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 98.66 g; nasycone kwasy tł.: 26.18 g; Węglowodany ogółem: 367.41 g; suma cukrów prostych: 54.66 g; Sól: 7.98 g; Błonnik pokarmowy: 59.42 g; Sód: 2546.54 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Szynka pieczona , ziemniaki got , buraczki got bezmleczne bezglutenowe , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1973.06 kcal; Białko ogółem: 102.38 g; Tłuszcz: 71.48 g; nasycone kwasy tł.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 234.25 g; suma cukrów prostych: 41.84 g; Sól: 8.43 g; Błonnik pokarmowy: 45.66 g; Sód: 2220.82 mg;

wtorek 2026-06-23 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa z boczkiem (GLU, SEL), Szynka pieczona , kasza bulgur (GLU, MLE), buraczki got bezmleczne bezglutenowe , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2426.28 kcal; Białko ogółem: 124.35 g; Tłuszcz: 68.17 g; nasycone kwasy tł.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 347.54 g; suma cukrów prostych: 45.51 g; Sól: 9.99 g; Błonnik pokarmowy: 52.12 g; Sód: 3684.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek wiosenny (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU , MLE , SEL), kotlet drobiowy smażony (GLU), ziemniaki got , sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2393.73 kcal; Białko ogółem: 130.37 g; Tłuszcz: 87.75 g; nasycone kwasy tł.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; suma cukrów prostych: 40.35 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 27.93 g; Sód: 2083.56 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek wiosenny (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU , MLE , SEL), kotlet drobiowy smażony (GLU), ziemniaki got , sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi ,		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2439.63 kcal; Białko ogółem: 131.05 g; Tłuszcz: 88.13 g; nasycone kwasy tł.: 30.23 g; Węglowodany ogółem: 296.59 g; suma cukrów prostych: 47.31 g; Sól: 5.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; Sód: 2086.62 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z pomidorami (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU , MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata lodowa z jogurtem (MLE), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), Miruna w galarecie lekka (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1999.46 kcal; Białko ogółem: 138.29 g; Tłuszcz: 50.30 g; nasycone kwasy tł.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 257.65 g; suma cukrów prostych: 39.18 g; Sól: 5.03 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g; Sód: 1258.62 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z pomidorami (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU , MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata lodowa z jogurtem (MLE), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jabłko pieczone ,		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), Miruna w galarecie lekka (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2079.76 kcal; Białko ogółem: 138.94 g; Tłuszcz: 50.94 g; nasycone kwasy tł.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 277.09 g; suma cukrów prostych: 54.76 g; Sól: 5.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.13 g; Sód: 1261.83 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek wiosenny (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzycowa (MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata lodowa z pomidorem w sosie jogurtowym (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , maślanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie cukrzyca (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 142.90 g; Tłuszcz: 42.23 g; nasycone kwasy tł.: 13.20 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; suma cukrów prostych: 50.07 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sód: 2743.26 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek wiosenny (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzycowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata lodowa z pomidorem w sosie jogurtowym (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , maślanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie cukrzyca (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.16 kcal; Białko ogółem: 142.90 g; Tłuszcz: 42.23 g; nasycone kwasy tł.: 13.20 g; Węglowodany ogółem: 272.35 g; suma cukrów prostych: 50.07 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sód: 2743.26 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza manna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek wiosenny (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), tofu (SOJ), ziemniaki got , sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2223.61 kcal; Białko ogółem: 121.03 g; Tłuszcz: 82.29 g; nasycone kwasy tł.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 266.93 g; suma cukrów prostych: 39.74 g; Sól: 4.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g; Sód: 1623.21 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , twarożek wiosenny (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1963.33 kcal; Białko ogółem: 126.15 g; Tłuszcz: 71.22 g; nasycone kwasy tł.: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 205.40 g; suma cukrów prostych: 30.38 g; Sól: 4.50 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sód: 822.18 mg;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata lodowa vinaigrette , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1992.13 kcal; Białko ogółem: 116.56 g; Tłuszcz: 65.55 g; nasycone kwasy tł.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 246.02 g; suma cukrów prostych: 26.63 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.90 g; Sód: 1792.56 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z kapusty białej (GLU , SOJ , SEL), fasolka po bretońsku (GLU , SOJ), ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka z pęczaku (GLU , GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chalka , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2509.96 kcal; Białko ogółem: 119.85 g; Tłuszcz: 77.60 g; nasycone kwasy tł.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 357.45 g; suma cukrów prostych: 45.31 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 48.22 g; Sód: 3173.83 mg;

czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z kapusty białej (GLU , SOJ , SEL), fasolka po bretońsku (GLU , SOJ), ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka z pęczaku (GLU , GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele ,		Posiłek nocny: Chalka , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2555.46 kcal; Białko ogółem: 120.67 g; Tłuszcz: 77.78 g; nasycone kwasy tł.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 368.27 g; suma cukrów prostych: 52.41 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 49.77 g; Sód: 3174.74 mg;

czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (GLU , MLE , SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka z kaszy jaglanej , sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chalka , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2230.76 kcal; Białko ogółem: 115.19 g; Tłuszcz: 74.31 g; nasycone kwasy tł.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 284.80 g; suma cukrów prostych: 37.24 g; Sól: 4.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; Sód: 1019.14 mg;

czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (GLU , MLE , SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka z kaszy jaglanej , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele pieczone ,		Posiłek nocny: Chalka , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.26 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 74.49 g; nasycone kwasy tł.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 295.63 g; suma cukrów prostych: 44.34 g; Sól: 4.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Sód: 1020.05 mg;

czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak cukrzyca z kapusty białej (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka z pęczaku cukrzyca (GLU , GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.63 kcal; Białko ogółem: 120.00 g; Tłuszcz: 68.54 g; nasycone kwasy tł.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 53.01 g; Sód: 2796.54 mg;

czwartek 2026-06-25 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak cukrzyca z kapusty białej (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka z pęczaku cukrzyca (GLU , GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.63 kcal; Białko ogółem: 120.00 g; Tłuszcz: 68.54 g; nasycone kwasy tł.: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 335.50 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 53.01 g; Sód: 2796.54 mg;

czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ , GOR), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z kapusty białej (GLU , SOJ , SEL), fasolka po bretońsku wege (GLU), ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka z pęczaku wege (GLU , SOJ , GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posilek nocny: Chalka , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2357.31 kcal; Białko ogółem: 85.62 g; Tłuszcz: 74.42 g; nasycone kwasy tł.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 362.84 g; suma cukrów prostych: 45.22 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 51.46 g; Sód: 1767.80 mg;

czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica drobiowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak bezglutenowy z kapusty białej (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , sałatka z kaszy jaglanej , sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posilek nocny: chleb kukurydziany chrupki , paprykarz dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.33 kcal; Białko ogółem: 105.33 g; Tłuszcz: 71.02 g; nasycone kwasy tł.: 14.66 g; Węglowodany ogółem: 242.93 g; suma cukrów prostych: 26.65 g; Sól: 4.55 g; Błonnik pokarmowy: 40.49 g; Sód: 808.54 mg;

czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z kapusty białej (GLU , SOJ , SEL), fasolka po bretońsku (GLU , SOJ), ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka z pęczaku (GLU , GOR), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posilek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2545.99 kcal; Białko ogółem: 123.54 g; Tłuszcz: 70.14 g; nasycone kwasy tł.: 15.78 g; Węglowodany ogółem: 381.07 g; suma cukrów prostych: 38.80 g; Sól: 8.49 g; Błonnik pokarmowy: 55.82 g; Sód: 3235.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem (MLE, SEL), Morszczuk pieczony w sosie cytrynowym (GLU, RYB, MLE), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.26 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 94.90 g; nasycone kwasy tł.: 40.13 g; Węglowodany ogółem: 273.00 g; suma cukrów prostych: 55.03 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g; Sód: 2348.76 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem (MLE, SEL), Morszczuk pieczony w sosie cytrynowym (GLU, RYB, MLE), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia ,		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.46 kcal; Białko ogółem: 106.42 g; Tłuszcz: 95.21 g; nasycone kwasy tł.: 40.16 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; suma cukrów prostych: 67.23 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; Sód: 2353.51 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznica na parze , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem lekka (MLE, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2154.19 kcal; Białko ogółem: 105.47 g; Tłuszcz: 78.08 g; nasycone kwasy tł.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 268.00 g; suma cukrów prostych: 59.76 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.60 g; Sód: 1899.30 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznica na parze , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem lekka (MLE, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , buraczki got (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia pieczona ,		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.96 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 78.18 g; nasycone kwasy tł.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; Sól: 6.17 g; Błonnik pokarmowy: 36.72 g; Sód: 1997.73 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem cukrzycowa (MLE, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , serek wiejski (MLE),	Podwieczorek: sałatka ze szpinakiem dodatek , pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.10 kcal; Białko ogółem: 123.93 g; Tłuszcz: 83.94 g; nasycone kwasy tł.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 275.41 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; Sól: 9.33 g; Błonnik pokarmowy: 46.56 g; Sód: 3554.81 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem cukrzycowa (MLE, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , serek wiejski (MLE),	Podwieczorek: sałatka ze szpinakiem dodatek , pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2266.10 kcal; Białko ogółem: 123.93 g; Tłuszcz: 83.94 g; nasycone kwasy tł.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 275.41 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; Sól: 9.33 g; Błonnik pokarmowy: 46.56 g; Sód: 3554.81 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem (MLE, SEL), Morszczuk pieczony w sosie cytrynowym (GLU, RYB, MLE), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2259.30 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 88.00 g; nasycone kwasy tł.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 287.37 g; suma cukrów prostych: 55.03 g; Sól: 5.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; Sód: 1751.35 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem (MLE, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.97 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 88.65 g; nasycone kwasy tł.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 221.19 g; suma cukrów prostych: 44.52 g; Sól: 8.35 g; Błonnik pokarmowy: 35.99 g; Sód: 2484.91 mg;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem bezmleczna (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany na mleku sojowym (GLU, SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2068.86 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 74.36 g; nasycone kwasy tł.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 254.43 g; suma cukrów prostych: 43.07 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 g; Sód: 2130.90 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.34 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 77.66 g; nasycone kwasy tł.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 262.61 g; suma cukrów prostych: 58.26 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sód: 2240.47 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , budyń b/c (MLE),		Posiłek nocny: kefir (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2429.72 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 86.33 g; nasycone kwasy tł.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 313.33 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Sól: 6.15 g; Błonnik pokarmowy: 43.20 g; Sód: 2346.82 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , jabłko pieczone , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , szpinak got dieta (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2193.46 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 78.54 g; nasycone kwasy tł.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 263.44 g; suma cukrów prostych: 63.22 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; Sód: 1249.16 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , jabłko pieczone , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , szpinak got dieta (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: budyń b/c (MLE),		Posiłek nocny: kefir (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2423.54 kcal; Białko ogółem: 123.58 g; Tłuszcz: 86.56 g; nasycone kwasy tł.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 294.73 g; suma cukrów prostych: 84.32 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 24.90 g; Sód: 1352.30 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych cukrzykowa (SEL), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , budyń b/c (MLE),	Podwieczorek: kefir (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , rzodkiew biała ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.98 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 84.83 g; nasycone kwasy tł.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 322.52 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 55.65 g; Sód: 2471.65 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych cukrzykowa (SEL), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Jabłko , budyń b/c (MLE),	Podwieczorek: kefir (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , rzodkiew biała ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.98 kcal; Białko ogółem: 115.67 g; Tłuszcz: 84.83 g; nasycone kwasy tł.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 322.52 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 55.65 g; Sód: 2471.65 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , papryka świeża , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), kotlety sojowe (SOJ), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067.29 kcal; Białko ogółem: 88.20 g; Tłuszcz: 76.16 g; nasycone kwasy tł.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 272.40 g; suma cukrów prostych: 61.65 g; Sól: 5.98 g; Błonnik pokarmowy: 47.47 g; Sód: 1960.75 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka , sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1799.80 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 74.34 g; nasycone kwasy tł.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 191.68 g; suma cukrów prostych: 43.41 g; Sól: 5.05 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g; Sód: 1164.66 mg;

sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , seler naciowy (SEL), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , rzodkiew biała ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1966.43 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 69.68 g; nasycone kwasy tł.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 253.27 g; suma cukrów prostych: 38.71 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 37.60 g; Sód: 2305.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , banan , kakao z mlekiem b/c (MLE),	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (JAJ, MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2277.13 kcal; Białko ogółem: 117.27 g; Tłuszcz: 62.61 g; nasycone kwasy tł.: 23.84 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; suma cukrów prostych: 67.00 g; Sól: 5.07 g; Błonnik pokarmowy: 34.51 g; Sód: 1780.60 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , banan , kakao z mlekiem b/c (MLE),	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (JAJ, MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy pitny ,		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.13 kcal; Białko ogółem: 123.02 g; Tłuszcz: 64.61 g; nasycone kwasy tł.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 338.01 g; suma cukrów prostych: 67.00 g; Sól: 5.07 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; Sód: 1780.60 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , banan , kakao z mlekiem b/c (MLE),	koperkowa (SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z jogurtem (MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.64 kcal; Białko ogółem: 116.16 g; Tłuszcz: 61.75 g; nasycone kwasy tł.: 21.16 g; Węglowodany ogółem: 299.97 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Sól: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g; Sód: 776.66 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , banan , kakao z mlekiem b/c (MLE),	koperkowa (SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z jogurtem (MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy pitny ,		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2332.64 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 63.75 g; nasycone kwasy tł.: 22.41 g; Węglowodany ogółem: 318.97 g; suma cukrów prostych: 64.01 g; Sól: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g; Sód: 776.66 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzykowa (MLE, SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym cukrzyca (MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny ,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , súpki marchewki ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.78 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 67.44 g; nasycone kwasy tł.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; suma cukrów prostych: 31.00 g; Sól: 6.92 g; Błonnik pokarmowy: 53.20 g; Sód: 2513.49 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzycowa (MLE, SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym cukrzyca (MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny ,	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , słupki marchewki ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.78 kcal; Białko ogółem: 120.31 g; Tłuszcz: 67.44 g; nasycone
kwasy tł.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; suma cukrów prostych: 31.00 g; Sól: 6.92 g; Błonnik pokarmowy:
53.20 g; Sód: 2513.49 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , banan , kakao z mlekiem b/c (MLE),	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), tofu (SOJ), kasza bulgur (GLU, MLE), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (JAJ, MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , hummus (SEJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.57 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 77.53 g; nasycone
kwasy tł.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; suma cukrów prostych: 66.95 g; Sól: 4.17 g; Błonnik pokarmowy:
39.13 g; Sód: 1285.82 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , banan , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Schab pieczony , kasza jaglana (MLE), sałata z rzodkiewką w sosie czosnkowym (JAJ, MLE), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2037.94 kcal; Białko ogółem: 98.84 g; Tłuszcz: 72.42 g; nasycone
kwasy tł.: 18.30 g; Węglowodany ogółem: 248.25 g; suma cukrów prostych: 52.08 g; Sól: 3.91 g; Błonnik pokarmowy:
33.57 g; Sód: 720.95 mg;

niedziela 2026-06-28 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), dżem , sałata , banan , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), sałata vinegrette , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.61 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 73.01 g; nasycone
kwasy tł.: 17.99 g; Węglowodany ogółem: 288.15 g; suma cukrów prostych: 49.90 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy:
34.64 g; Sód: 1572.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy (SEL), Krokiety ze szpinakiem (GLU , MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2581.60 kcal; Białko ogółem: 147.48 g; Tłuszcz: 78.60 g; nasycone kwasy tł.: 31.03 g; Węglowodany ogółem: 338.82 g; suma cukrów prostych: 70.52 g; Sól: 8.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.63 g; Sód: 3082.42 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy (SEL), Krokiety ze szpinakiem (GLU , MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2609.04 kcal; Białko ogółem: 147.85 g; Tłuszcz: 78.66 g; nasycone kwasy tł.: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 346.26 g; suma cukrów prostych: 72.62 g; Sól: 8.01 g; Błonnik pokarmowy: 38.90 g; Sód: 3083.00 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	cułkiniowa lekka (GLU , MLE , SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2097.06 kcal; Białko ogółem: 128.20 g; Tłuszcz: 57.10 g; nasycone kwasy tł.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 278.16 g; suma cukrów prostych: 67.44 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g; Sód: 1348.22 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	cułkiniowa lekka (GLU , MLE , SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.50 kcal; Białko ogółem: 128.58 g; Tłuszcz: 57.16 g; nasycone kwasy tł.: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 285.60 g; suma cukrów prostych: 69.53 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g; Sód: 1348.80 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy cukrzyca (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: maślanka (MLE), siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), ser żółty dodatek (MLE), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.54 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 52.49 g; nasycone kwasy tł.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 288.33 g; suma cukrów prostych: 43.17 g; Sól: 8.75 g; Błonnik pokarmowy: 52.13 g; Sód: 3407.92 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy cukrzyca (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: maślanka (MLE), siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), ser żółty dodatek (MLE), sałata , papryka świeża ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.54 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 52.49 g; nasycone kwasy tł.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 288.33 g; suma cukrów prostych: 43.17 g; Sól: 8.75 g; Błonnik pokarmowy: 52.13 g; Sód: 3407.92 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza kuskus na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy (SEL), Krokiety ze szpinakiem (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2780.07 kcal; Białko ogółem: 130.74 g; Tłuszcz: 101.17 g; nasycone kwasy tł.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; suma cukrów prostych: 70.82 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 38.19 g; Sód: 2203.42 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
ryż na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy bezmleczna bezglutenowa (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek homogenizowany waniliowy (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2088.81 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 66.83 g; nasycone kwasy tł.: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 250.38 g; suma cukrów prostych: 58.99 g; Sól: 7.11 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Sód: 1989.43 mg;

poniedziałek 2026-06-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy bezmleczna bezglutenowa (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1878.27 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 45.66 g; nasycone kwasy tł.: 9.45 g; Węglowodany ogółem: 278.68 g; suma cukrów prostych: 28.44 g; Sól: 7.32 g; Błonnik pokarmowy: 34.88 g; Sód: 2737.26 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU , MLE , SEL), kurczak w sosie słodko-kwaśnym (GLU), ryż (MLE), surówka z białej kapusty , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3079.27 kcal; Białko ogółem: 128.36 g; Tłuszcz: 150.10 g; nasycone kwasy tł.: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; suma cukrów prostych: 51.10 g; Sól: 19.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.82 g; Sód: 7749.70 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU , MLE , SEL), kurczak w sosie słodko-kwaśnym (GLU), ryż (MLE), surówka z białej kapusty , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3202.27 kcal; Białko ogółem: 135.51 g; Tłuszcz: 153.50 g; nasycone kwasy tł.: 35.78 g; Węglowodany ogółem: 338.12 g; suma cukrów prostych: 58.40 g; Sól: 19.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.62 g; Sód: 7845.20 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , seler gotowany z wody (SEL), herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany lekki (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), buraczki got (GLU , MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z białek jaj lekka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), pasta z pieczonej miruny (MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2548.84 kcal; Białko ogółem: 134.47 g; Tłuszcz: 90.90 g; nasycone kwasy tł.: 31.10 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; suma cukrów prostych: 42.30 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g; Sód: 1217.84 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , seler gotowany z wody (SEL), herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany lekki (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), buraczki got (GLU , MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z białek jaj lekka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), pasta z pieczonej miruny (MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2671.84 kcal; Białko ogółem: 141.62 g; Tłuszcz: 94.30 g; nasycone kwasy tł.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 323.71 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; Sód: 1313.34 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzycowa (MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż brązowy (MLE), surówka z białej kapusty , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z jaj cukrzycowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,	Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2587.08 kcal; Białko ogółem: 125.82 g; Tłuszcz: 114.28 g; nasycone kwasy tł.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 288.31 g; suma cukrów prostych: 39.03 g; Sól: 20.23 g; Błonnik pokarmowy: 49.01 g; Sód: 8092.42 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzycowa (MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż brązowy (MLE), surówka z białej kapusty , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z jaj cukrzycowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,	Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb razowy (GLU),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2587.08 kcal; Białko ogółem: 125.82 g; Tłuszcz: 114.28 g; nasycone kwasy tł.: 26.52 g; Węglowodany ogółem: 288.31 g; suma cukrów prostych: 39.03 g; Sól: 20.23 g; Błonnik pokarmowy: 49.01 g; Sód: 8092.42 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, MLE, SEL), Pierogi z serem (GLU, MLE), Jabłko , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3485.32 kcal; Białko ogółem: 117.30 g; Tłuszcz: 170.19 g; nasycone kwasy tł.: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 385.73 g; suma cukrów prostych: 108.19 g; Sól: 18.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g; Sód: 7185.19 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
kasza jaglana na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), surówka z białej kapusty , kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb bezglutenowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2865.01 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 157.26 g; nasycone kwasy tł.: 34.96 g; Węglowodany ogółem: 244.67 g; suma cukrów prostych: 40.04 g; Sól: 18.82 g; Błonnik pokarmowy: 35.59 g; Sód: 6469.13 mg;

wtorek 2026-06-30 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, MLE, SEL), kurczak w sosie słodko-kwaśnym (GLU), ryż (MLE), surówka z białej kapusty , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: śledzie w oleju z cebulką (RYB), chleb razowy (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3036.45 kcal; Białko ogółem: 129.63 g; Tłuszcz: 145.79 g; nasycone kwasy tł.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 317.84 g; suma cukrów prostych: 44.19 g; Sól: 19.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.81 g; Sód: 7621.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU, MLE, SEL), kotlet mielony smażony (GLU), ziemniaki got , mizeria (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.40 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 96.92 g; nasycone kwasy tł.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 279.42 g; suma cukrów prostych: 43.61 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 32.83 g; Sód: 2378.35 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU, MLE, SEL), kotlet mielony smażony (GLU), ziemniaki got , mizeria (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi ,		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.30 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 97.30 g; nasycone kwasy tł.: 32.99 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; suma cukrów prostych: 50.57 g; Sól: 6.64 g; Błonnik pokarmowy: 34.43 g; Sód: 2381.41 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa lekka (GLU, MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , fasolka szparagowa żółta dieta , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , Marchewka got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i tofu (SOJ), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2145.21 kcal; Białko ogółem: 109.92 g; Tłuszcz: 64.71 g; nasycone kwasy tł.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 299.59 g; suma cukrów prostych: 55.77 g; Sól: 4.84 g; Błonnik pokarmowy: 39.77 g; Sód: 1382.83 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , Marchewka got z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),		Posiłek nocny: sałatka z buraka i tofu (SOJ), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.15 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 66.73 g; nasycone kwasy tł.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 302.86 g; suma cukrów prostych: 59.54 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 36.08 g; Sód: 1483.78 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzykowa (MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , mizeria z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),	Posiłek nocny: sałatka z cukini i tofu (SOJ), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.46 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 72.01 g; nasycone kwasy tł.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 285.27 g; suma cukrów prostych: 41.01 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.89 g; Sód: 2679.13 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzykowa (MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , mizeria z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),	Posiłek nocny: sałatka z cukini i tofu (SOJ), chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.46 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 72.01 g; nasycone kwasy tł.: 22.57 g; Węglowodany ogółem: 285.27 g; suma cukrów prostych: 41.01 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 46.89 g; Sód: 2679.13 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza jęczmienna na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU, MLE, SEL), tofu (SOJ), ziemniaki got , mizeria (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168.98 kcal; Białko ogółem: 82.61 g; Tłuszcz: 92.30 g; nasycone kwasy tł.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 263.36 g; suma cukrów prostych: 42.57 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Sód: 1698.47 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Befszyk wieprzowy gotowany , ziemniaki got , mizeria (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.67 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 104.23 g; nasycone kwasy tł.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 230.33 g; suma cukrów prostych: 40.77 g; Sól: 6.22 g; Błonnik pokarmowy: 38.87 g; Sód: 1516.53 mg;

środa 2026-07-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), kotlet mielony smażony (GLU), ziemniaki got , fasolka szparagowa żółta bezglutenowa bezmleczna , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka z buraka i ciecierzycy , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.62 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 72.69 g; nasycone kwasy tł.: 13.14 g; Węglowodany ogółem: 291.34 g; suma cukrów prostych: 36.76 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 37.84 g; Sód: 1639.12 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (GLU , MLE , SEL), gulasz drobiowy duszony (GLU), kasza pęczak (GLU , MLE), surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ , SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2597.54 kcal; Białko ogółem: 106.92 g; Tłuszcz: 102.33 g; nasycone kwasy tł.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 334.27 g; suma cukrów prostych: 59.87 g; Sól: 8.41 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sód: 3248.00 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (GLU , MLE , SEL), gulasz drobiowy duszony (GLU), kasza pęczak (GLU , MLE), surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ , SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka ,		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2688.54 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 102.69 g; nasycone kwasy tł.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 355.75 g; suma cukrów prostych: 76.25 g; Sól: 8.41 g; Błonnik pokarmowy: 46.32 g; Sód: 3249.82 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU , MLE , SEL), gulasz drobiowy lekki duszony (GLU , MLE , SEL), kasza jaglana (MLE), kabaczek gotowany , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa lekka z jajkiem (SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.56 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 63.06 g; nasycone kwasy tł.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 298.46 g; suma cukrów prostych: 45.49 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; Sód: 1281.17 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU , MLE , SEL), gulasz drobiowy lekki duszony (GLU , MLE , SEL), kasza jaglana (MLE), kabaczek gotowany , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa lekka z jajkiem (SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka pieczona ,		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2274.14 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 63.69 g; nasycone kwasy tł.: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 325.29 g; suma cukrów prostych: 64.80 g; Sól: 6.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.87 g; Sód: 1328.00 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzycowa (MLE , SEL), Indyk pieczony , kasza pęczak (GLU , MLE), surówka z czerwonej kapusty cuk , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , orzechy laskowe (ORZ),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.12 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 85.34 g; nasycone kwasy tł.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 315.73 g; suma cukrów prostych: 60.03 g; Sól: 8.25 g; Błonnik pokarmowy: 53.02 g; Sód: 3151.60 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzycowa (MLE, SEL), Indyk pieczony , kasza pęczak (GLU, MLE), surówka z czerwonej kapusty cuk , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , orzechy laskowe (ORZ),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.12 kcal; Białko ogółem: 101.22 g; Tłuszcz: 85.34 g; nasycone kwasy tł.: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 315.73 g; suma cukrów prostych: 60.03 g; Sól: 8.25 g; Błonnik pokarmowy: 53.02 g; Sód: 3151.60 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (GLU, MLE, SEL), kotlety sojowe (SOJ), kasza pęczak (GLU, MLE), surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2664.65 kcal; Białko ogółem: 85.33 g; Tłuszcz: 111.96 g; nasycone kwasy tł.: 24.24 g; Węglowodany ogółem: 345.41 g; suma cukrów prostych: 60.86 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 52.19 g; Sód: 2411.06 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Indyk pieczony , kasza jaglana (MLE), surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.79 kcal; Białko ogółem: 98.18 g; Tłuszcz: 100.92 g; nasycone kwasy tł.: 17.97 g; Węglowodany ogółem: 243.23 g; suma cukrów prostych: 46.64 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 43.04 g; Sód: 1896.57 mg;

czwartek 2026-07-02 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), gulasz drobiowy duszony (GLU), kasza pęczak (GLU, MLE), surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2478.81 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 95.27 g; nasycone kwasy tł.: 17.21 g; Węglowodany ogółem: 321.22 g; suma cukrów prostych: 52.25 g; Sól: 8.35 g; Błonnik pokarmowy: 45.77 g; Sód: 3107.02 mg;