

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa (GLU, SOJ, SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189.72 kcal; Białko ogółem: 117.74 g; Tłuszcz: 56.78 g; nasycone kwasy tł.: 16.51 g;
Węglowodany ogółem: 318.18 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 36.26 g; Sód: 2621.89 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa (GLU, SOJ, SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , maślanka (MLE),		Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2357.32 kcal; Białko ogółem: 129.78 g; Tłuszcz: 58.61 g; nasycone kwasy tł.: 17.64 g;
Węglowodany ogółem: 344.52 g; suma cukrów prostych: 70.83 g; Sól: 7.08 g; Błonnik pokarmowy: 37.80 g; Sód: 2820.80 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (GLU, MLE, SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (GLU, SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kasza bulgur z cukinią, pomidorami i ziołami (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.77 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 63.72 g; nasycone kwasy tł.: 17.98 g;
Węglowodany ogółem: 279.92 g; suma cukrów prostych: 49.70 g; Sól: 4.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g; Sód: 1129.87 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (GLU, MLE, SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (GLU, SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele pieczone ,		Posiłek nocny: kasza bulgur z cukinią, pomidorami i ziołami (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.27 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 63.90 g; nasycone kwasy tł.: 17.99 g;
Węglowodany ogółem: 290.75 g; suma cukrów prostych: 56.80 g; Sól: 4.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g; Sód: 1130.78 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa cukrzyca (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku cukrzyca , ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , maślanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , słupki selera naciowego (SEL),	Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.54 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 55.51 g; nasycone kwasy tł.: 13.32 g;
Węglowodany ogółem: 328.21 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 52.56 g; Sód: 3210.75 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa cukrzyca (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku cukrzyca , ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , maślanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , słupki selera naciowego (SEL),	Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.54 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 55.51 g; nasycone kwasy tł.: 13.32 g;
Węglowodany ogółem: 328.21 g; suma cukrów prostych: 60.57 g; Sól: 8.05 g; Błonnik pokarmowy: 52.56 g; Sód: 3210.75 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa (GLU, SOJ, SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.69 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 67.41 g; nasycone kwasy tł.: 16.35 g;
Węglowodany ogółem: 320.43 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Sól: 6.39 g; Błonnik pokarmowy: 37.39 g; Sód: 2229.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa bezglutenowa (MLE, SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku bezglutenowa (SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kasza jaglana z pomidorami i ziołami ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2153.80 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 76.20 g; nasycone kwasy tł.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 268.00 g; suma cukrów prostych: 40.60 g; Sól: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 43.73 g; Sód: 1490.50 mg;

piątek 2026-07-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	fasolowa bezmleczna (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kasza bulgur z warzywami (GLU, GOR),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.88 kcal; Białko ogółem: 101.91 g; Tłuszcz: 68.75 g; nasycone kwasy tł.: 12.85 g; Węglowodany ogółem: 312.05 g; suma cukrów prostych: 37.74 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 40.39 g; Sód: 2314.28 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, rzodkiew biała, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	cukiniowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet schabowy smażony (<i>GLU</i>), kasza gryczana (<i>MLE</i>), sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.42 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 99.85 g; nasycone kwasy tł.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 271.27 g; suma cukrów prostych: 36.93 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; Sód: 2383.65 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, rzodkiew biała, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	cukiniowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet schabowy smażony (<i>GLU</i>), kasza gryczana (<i>MLE</i>), sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2477.42 kcal; Białko ogółem: 116.67 g; Tłuszcz: 103.25 g; nasycone kwasy tł.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 288.17 g; suma cukrów prostych: 44.23 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 37.27 g; Sód: 2479.15 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, brokuły got z wody, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	cukiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza kuskus (<i>GLU, MLE</i>), sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, seler gotowany z wody (<i>SEL</i>), herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), wafle ryżowe,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032.82 kcal; Białko ogółem: 113.91 g; Tłuszcz: 65.61 g; nasycone kwasy tł.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 252.47 g; suma cukrów prostych: 34.79 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sód: 1420.87 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, mus z jabłek, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	cukiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza kuskus (<i>GLU, MLE</i>), sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, seler gotowany z wody (<i>SEL</i>), herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), wafle ryżowe,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.50 kcal; Białko ogółem: 118.73 g; Tłuszcz: 69.16 g; nasycone kwasy tł.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 281.96 g; suma cukrów prostych: 53.98 g; Sól: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; Sód: 1512.81 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	cukiniowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza gryczana (<i>MLE</i>), sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), sałata, pomidor,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.13 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 77.83 g; nasycone kwasy tł.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 263.77 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; Sól: 6.90 g; Błonnik pokarmowy: 46.45 g; Sód: 2544.29 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	cukiniowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza gryczana (<i>MLE</i>), sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), sałata, pomidor,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.13 kcal; Białko ogółem: 114.93 g; Tłuszcz: 77.83 g; nasycone kwasy tł.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 263.77 g; suma cukrów prostych: 35.26 g; Sól: 6.90 g; Błonnik pokarmowy: 46.45 g; Sód: 2544.29 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata, rzodkiew biała, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	cukiniowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), kasza gryczana (<i>MLE</i>), sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, pasta z tofu (<i>SOJ</i>), sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.55 kcal; Białko ogółem: 82.42 g; Tłuszcz: 94.54 g; nasycone kwasy tł.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 271.23 g; suma cukrów prostych: 40.51 g; Sól: 4.59 g; Błonnik pokarmowy: 41.99 g; Sód: 1286.02 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy, margaryna, szynka, sałata, rzodkiew biała, herbata (<i>GLU, MLE</i>),	cukiniowa bezglutenowa (<i>MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza gryczana (<i>MLE</i>), sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c,	chleb bezglutenowy, margaryna, Indyk wędzony, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.09 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 97.55 g; nasycone kwasy tł.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 202.78 g; suma cukrów prostych: 35.63 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.50 g; Sód: 1345.07 mg;

sobota 2026-07-04 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna (GLU, SEL), Kotlet schabowy smażony (GLU), kasza gryczana (MLE), sałata vinegrette , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ), siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.99 kcal; Białko ogółem: 97.09 g; Tłuszcz: 75.80 g; nasycone kwasy tł.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 260.79 g; suma cukrów prostych: 16.79 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Sód: 2160.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek zielony , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	pomidorowa z makaronem (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, MLE</i>), ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148.52 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 69.50 g; nasycone kwasy tł.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 281.06 g; suma cukrów prostych: 62.79 g; Sól: 6.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; Sód: 2439.21 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek zielony , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	pomidorowa z makaronem (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony w sosie (<i>GLU, MLE</i>), ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , serek wiejski (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2430.82 kcal; Białko ogółem: 138.35 g; Tłuszcz: 78.74 g; nasycone kwasy tł.: 37.41 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; suma cukrów prostych: 84.97 g; Sól: 8.01 g; Błonnik pokarmowy: 30.60 g; Sód: 3202.42 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , ser biały (<i>MLE</i>), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	pomidorowa z makaronem lekką (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2089.51 kcal; Białko ogółem: 116.81 g; Tłuszcz: 56.88 g; nasycone kwasy tł.: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; suma cukrów prostych: 70.01 g; Sól: 4.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; Sód: 928.40 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , ser biały (<i>MLE</i>), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	pomidorowa z makaronem lekką (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: serek wiejski (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2291.51 kcal; Białko ogółem: 141.41 g; Tłuszcz: 65.48 g; nasycone kwasy tł.: 28.72 g; Węglowodany ogółem: 292.93 g; suma cukrów prostych: 76.61 g; Sól: 6.56 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; Sód: 1688.40 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , szpinak gotowany cukrzyca (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , serek wiejski (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: budyń b/c (<i>MLE</i>), orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2350.66 kcal; Białko ogółem: 140.31 g; Tłuszcz: 77.37 g; nasycone kwasy tł.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 292.76 g; suma cukrów prostych: 63.21 g; Sól: 8.92 g; Błonnik pokarmowy: 42.12 g; Sód: 3566.75 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , szpinak gotowany cukrzyca (<i>MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jabłko , serek wiejski (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: budyń b/c (<i>MLE</i>), orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2350.66 kcal; Białko ogółem: 140.31 g; Tłuszcz: 77.37 g; nasycone kwasy tł.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 292.76 g; suma cukrów prostych: 63.21 g; Sól: 8.92 g; Błonnik pokarmowy: 42.12 g; Sód: 3566.75 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek zielony , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	pomidorowa z makaronem (<i>GLU, MLE, SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , Jajka gotowane , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2202.71 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 85.06 g; nasycone kwasy tł.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 276.05 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Sól: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.37 g; Sód: 2170.15 mg;

niedziela 2026-07-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty (<i>MLE</i>), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem bezglutenowa (<i>MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , buraczki gotowane bezglutenowe , kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1810.24 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 67.53 g; nasycone kwasy tł.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 209.20 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Sól: 5.50 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; Sód: 1344.84 mg;

niedziela 2026-07-05		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , pasztet sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , buraczki got bezmleczne (<i>GLU</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (<i>SOJ</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1743.04 kcal; Białko ogółem: 85.14 g; Tłuszcz: 48.46 g; nasycone kwasy tł.: 10.00 g; Węglowodany ogółem: 254.09 g; suma cukrów prostych: 43.43 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.02 g; Sód: 1623.06 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jaglana na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z białej kapusty (GLU, SOJ, SEL), naleśniki z serem i polewą truskawkową (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2453.45 kcal; Białko ogółem: 109.26 g; Tłuszcz: 92.44 g; nasycone kwasy tł.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 310.99 g; suma cukrów prostych: 62.49 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 29.00 g; Sód: 2585.17 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza jaglana na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z białej kapusty (GLU, SOJ, SEL), naleśniki z serem i polewą truskawkową (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2480.89 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 92.50 g; nasycone kwasy tł.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 318.43 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Sól: 6.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; Sód: 2585.75 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jaglana na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1920.64 kcal; Białko ogółem: 81.75 g; Tłuszcz: 67.39 g; nasycone kwasy tł.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 253.95 g; suma cukrów prostych: 42.51 g; Sól: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g; Sód: 1414.00 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza jaglana na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1995.18 kcal; Białko ogółem: 80.80 g; Tłuszcz: 67.76 g; nasycone kwasy tł.: 20.94 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; suma cukrów prostych: 55.62 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g; Sód: 1410.32 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak cukrzyca z kapusty białej (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1885.83 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 59.83 g; nasycone kwasy tł.: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 281.91 g; suma cukrów prostych: 33.45 g; Sól: 8.66 g; Błonnik pokarmowy: 51.24 g; Sód: 2992.19 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak cukrzyca z kapusty białej (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1885.83 kcal; Białko ogółem: 75.26 g; Tłuszcz: 59.83 g; nasycone kwasy tł.: 13.24 g; Węglowodany ogółem: 281.91 g; suma cukrów prostych: 33.45 g; Sól: 8.66 g; Błonnik pokarmowy: 51.24 g; Sód: 2992.19 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza jaglana na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z białej kapusty (GLU, SOJ, SEL), naleśniki z serem i polewą truskawkową (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , hummus (SEJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe , margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2626.29 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 113.62 g; nasycone kwasy tł.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; suma cukrów prostych: 62.78 g; Sól: 5.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; Sód: 1613.49 mg;

poniedziałek 2026-07-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
kasza jaglana na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak bezglutenowy z kapusty białej (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , paprykarz dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1782.68 kcal; Białko ogółem: 74.59 g; Tłuszcz: 68.05 g; nasycone kwasy tł.: 18.51 g; Węglowodany ogółem: 219.55 g; suma cukrów prostych: 40.56 g; Sól: 6.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.56 g; Sód: 1395.50 mg;		
poniedziałek 2026-07-06	Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML	
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak z białej kapusty (GLU, SOJ, SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1924.68 kcal; Białko ogółem: 88.43 g; Tłuszcz: 57.11 g; nasycone kwasy tł.: 12.67 g; Węglowodany ogółem: 280.73 g; suma cukrów prostych: 37.90 g; Sól: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.49 g; Sód: 2631.93 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , połędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), Spaghetti bolognese (GLU, MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Pudding z kaszy mannej (GLU, MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2684.43 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 99.82 g; nasycone kwasy tł.: 30.83 g;
Węglowodany ogółem: 355.87 g; suma cukrów prostych: 72.48 g; Sól: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.01 g; Sód: 2868.37 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , połędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), Spaghetti bolognese (GLU, MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , kefir (MLE),		Posiłek nocny: Pudding z kaszy mannej (GLU, MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2830.33 kcal; Białko ogółem: 116.78 g; Tłuszcz: 104.20 g; nasycone kwasy tł.: 33.30 g;
Węglowodany ogółem: 375.91 g; suma cukrów prostych: 87.64 g; Sól: 8.36 g; Błonnik pokarmowy: 41.62 g; Sód: 2947.43 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , połędwica drobiowa , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany lekki (SEL), spaghetti bolognese lekka (GLU, MLE), cukinia gotowana , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z warzyw korzeniowych (SEL), sałata , jogurt naturalny (MLE), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Pudding z kaszy mannej (GLU, MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2486.35 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 61.21 g; nasycone kwasy tł.: 23.86 g;
Węglowodany ogółem: 392.11 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Sól: 5.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sód: 1030.17 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , połędwica drobiowa , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany lekki (SEL), spaghetti bolognese lekka (GLU, MLE), cukinia gotowana , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z warzyw korzeniowych (SEL), sałata , jogurt naturalny (MLE), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jabłko pieczone ,		Posiłek nocny: Pudding z kaszy mannej (GLU, MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2566.65 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 61.85 g; nasycone kwasy tł.: 23.92 g;
Węglowodany ogółem: 411.55 g; suma cukrów prostych: 86.03 g; Sól: 5.06 g; Błonnik pokarmowy: 33.12 g; Sód: 1033.38 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , połędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzykowa (MLE, SEL), spaghetti bolognese z makaronem razowym (GLU, MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , kefir (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2450.04 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 95.15 g; nasycone kwasy tł.: 21.75 g;
Węglowodany ogółem: 316.27 g; suma cukrów prostych: 52.41 g; Sól: 9.79 g; Błonnik pokarmowy: 59.27 g; Sód: 3535.59 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , połędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzykowa (MLE, SEL), spaghetti bolognese z makaronem razowym (GLU, MLE), Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , kefir (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2450.04 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 95.15 g; nasycone kwasy tł.: 21.75 g;
Węglowodany ogółem: 316.27 g; suma cukrów prostych: 52.41 g; Sól: 9.79 g; Błonnik pokarmowy: 59.27 g; Sód: 3535.59 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, MLE, SEL), makaron z tuńczykiem i pomidorami (GLU, RYB), Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Pudding z kaszy mannej (GLU, MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2584.92 kcal; Białko ogółem: 114.62 g; Tłuszcz: 85.21 g; nasycone kwasy tł.: 25.71 g;
Węglowodany ogółem: 358.41 g; suma cukrów prostych: 74.35 g; Sól: 7.52 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sód: 2807.95 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

ryż na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , połudwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezglutenowa (MLE, SEL), spaghetti bolognese bezglutenowe , Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.64 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 96.03 g; nasycone kwasy tł.: 21.36 g;
Węglowodany ogółem: 269.91 g; suma cukrów prostych: 46.86 g; Sól: 8.04 g; Błonnik pokarmowy: 46.09 g; Sód: 2145.48 mg;

wtorek 2026-07-07 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , połudwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna (GLU, SEL), spaghetti bolognese bezmleczne (GLU), Sałatka z ogórka kiszzonego , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Pudding z kaszy mannej na mleku sojowym (GLU, SOJ), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2458.90 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 83.55 g; nasycone kwasy tł.: 15.52 g;
Węglowodany ogółem: 338.13 g; suma cukrów prostych: 60.52 g; Sól: 7.66 g; Błonnik pokarmowy: 43.09 g; Sód: 2654.39 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasta z pieczonego morszczuka (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2534.65 kcal; Białko ogółem: 129.57 g; Tłuszcz: 111.81 g; nasycone kwasy tł.: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; suma cukrów prostych: 47.16 g; Sól: 7.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g; Sód: 2829.56 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka ,		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2643.03 kcal; Białko ogółem: 137.73 g; Tłuszcz: 111.20 g; nasycone kwasy tł.: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 287.70 g; suma cukrów prostych: 63.54 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sód: 2862.38 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , Jajecznicza na parze , sałata , seler gotowany z wody (SEL), herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z jabłek b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bulka wrocławska (GLU), pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2407.55 kcal; Białko ogółem: 139.67 g; Tłuszcz: 92.54 g; nasycone kwasy tł.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 263.74 g; suma cukrów prostych: 49.32 g; Sól: 7.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; Sód: 2139.73 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , seler gotowany z wody (SEL), herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z jabłek b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka pieczona ,		Posiłek nocny: bulka wrocławska (GLU), pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2498.55 kcal; Białko ogółem: 141.31 g; Tłuszcz: 92.90 g; nasycone kwasy tł.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 285.22 g; suma cukrów prostych: 65.70 g; Sól: 7.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Sód: 2141.55 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (MLE, SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , orzechy laskowe (ORZ),	Podwieczorek: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2629.29 kcal; Białko ogółem: 141.69 g; Tłuszcz: 122.22 g; nasycone kwasy tł.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 264.04 g; suma cukrów prostych: 48.65 g; Sól: 6.55 g; Błonnik pokarmowy: 48.37 g; Sód: 2557.31 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (MLE, SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , orzechy laskowe (ORZ),	Podwieczorek: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2629.29 kcal; Białko ogółem: 141.69 g; Tłuszcz: 122.22 g; nasycone kwasy tł.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 264.04 g; suma cukrów prostych: 48.65 g; Sól: 6.55 g; Błonnik pokarmowy: 48.37 g; Sód: 2557.31 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), kotlety sojowe (SOJ), ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2251.54 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 86.76 g; nasycone kwasy tł.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 277.05 g; suma cukrów prostych: 51.00 g; Sól: 5.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.41 g; Sód: 2054.90 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , pasta z pieczonym dorszem (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.46 kcal; Białko ogółem: 126.47 g; Tłuszcz: 118.32 g; nasycone kwasy tł.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 215.21 g; suma cukrów prostych: 44.21 g; Sól: 6.70 g; Błonnik pokarmowy: 35.30 g; Sód: 1822.73 mg;

środa 2026-07-08 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Udko pieczone , ziemniaki got , sałata vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), pasta z pieczonym dorszem bezmleczna (RYB), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2304.11 kcal; Białko ogółem: 134.39 g; Tłuszcz: 92.50 g; nasycone kwasy tł.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 245.43 g; suma cukrów prostych: 32.34 g; Sól: 6.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sód: 2591.68 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), bitki wieprzowe gotowane w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem, ananasem i szynką (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2723.85 kcal; Białko ogółem: 126.92 g; Tłuszcz: 98.41 g; nasycone kwasy tł.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 347.31 g; suma cukrów prostych: 58.61 g; Sól: 6.69 g; Błonnik pokarmowy: 37.72 g; Sód: 2662.88 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), bitki wieprzowe gotowane w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem, ananasem i szynką (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: arbusz ,		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2751.93 kcal; Białko ogółem: 127.39 g; Tłuszcz: 98.49 g; nasycone kwasy tł.: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 353.86 g; suma cukrów prostych: 64.53 g; Sól: 6.70 g; Błonnik pokarmowy: 37.95 g; Sód: 2663.66 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem i szynką lekka , sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), mielone pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2336.77 kcal; Białko ogółem: 123.03 g; Tłuszcz: 72.18 g; nasycone kwasy tł.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; suma cukrów prostych: 48.37 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; Sód: 1466.31 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), szpinak got dieta (<i>GLU, MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem i szynką lekka , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z jabłek ,		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), mielone pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2458.17 kcal; Białko ogółem: 124.35 g; Tłuszcz: 77.25 g; nasycone kwasy tł.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 323.70 g; suma cukrów prostych: 60.83 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; Sód: 1507.28 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem brązowym i szynką (<i>SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z jabłek , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: maślanka (<i>MLE</i>), pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.48 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 62.76 g; nasycone kwasy tł.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; suma cukrów prostych: 52.06 g; Sól: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 52.47 g; Sód: 2815.58 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem brązowym i szynką (<i>SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z jabłek , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: maślanka (<i>MLE</i>), pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.48 kcal; Białko ogółem: 116.96 g; Tłuszcz: 62.76 g; nasycone kwasy tł.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 312.43 g; suma cukrów prostych: 52.06 g; Sól: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 52.47 g; Sód: 2815.58 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem, ananasem i ciecierzycą (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2658.60 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 104.48 g; nasycone kwasy tł.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 348.55 g; suma cukrów prostych: 57.41 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 43.35 g; Sód: 1741.25 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), bitki wieprzowe bezglutenowe gotowane , ziemniaki got , brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , sałatka z ryżem, ananasem i szynką (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), pestki dyni ,
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.28 kcal; Białko ogółem: 109.69 g; Tłuszcz: 89.79 g; nasycone kwasy tł.: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 265.09 g; suma cukrów prostych: 50.28 g; Sól: 6.11 g; Błonnik pokarmowy: 41.89 g; Sód: 1471.54 mg;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krem z dyni bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), bitki wieprzowe gotowane w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), brokuły got (<i>MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka z ryżem, ananasem i szynką (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (<i>SOJ</i>), pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2490.09 kcal; Białko ogółem: 115.34 g; Tłuszcz: 83.93 g; nasycone kwasy tł.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 331.80 g; suma cukrów prostych: 35.56 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; Sód: 2219.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	grochówka (GLU, SOJ, SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2568.64 kcal; Białko ogółem: 128.80 g; Tłuszcz: 108.06 g; nasycone kwasy tł.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; suma cukrów prostych: 39.08 g; Sól: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 38.34 g; Sód: 2465.13 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	grochówka (GLU, SOJ, SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy ,		Posiłek nocny: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2634.61 kcal; Białko ogółem: 130.36 g; Tłuszcz: 108.54 g; nasycone kwasy tł.: 32.97 g; Węglowodany ogółem: 308.66 g; suma cukrów prostych: 45.47 g; Sól: 6.32 g; Błonnik pokarmowy: 45.84 g; Sód: 2467.48 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , 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 ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek bieluch (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2064.15 kcal; Białko ogółem: 119.33 g; Tłuszcz: 71.81 g; nasycone kwasy tł.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 248.55 g; suma cukrów prostych: 39.00 g; Sól: 4.05 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g; Sód: 1093.38 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , mus porzeczkowo-truskawkowy , 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 ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kefir (MLE),		Posiłek nocny: serek bieluch (MLE), wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152.89 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 75.59 g; nasycone kwasy tł.: 33.36 g; Węglowodany ogółem: 257.20 g; suma cukrów prostych: 47.89 g; Sól: 4.25 g; Błonnik pokarmowy: 27.65 g; Sód: 1171.35 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty cuk , kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , kefir (MLE),	Podwieczorek: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 70.19 g; nasycone kwasy tł.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 284.73 g; suma cukrów prostych: 41.79 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 59.88 g; Sód: 2768.13 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty cuk , kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , kefir (MLE),	Podwieczorek: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 70.19 g; nasycone kwasy tł.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 284.73 g; suma cukrów prostych: 41.79 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 59.88 g; Sód: 2768.13 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	krem z zielonych warzyw (GLU, MLE, SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek bieluch (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2595.38 kcal; Białko ogółem: 124.07 g; Tłuszcz: 119.64 g; nasycone kwasy tł.: 37.02 g; Węglowodany ogółem: 273.68 g; suma cukrów prostych: 39.57 g; Sól: 5.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; Sód: 2030.30 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	grochówka bezglutenowa (MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek bieluch (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.69 kcal; Białko ogółem: 111.86 g; Tłuszcz: 98.40 g; nasycone kwasy tł.: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 237.23 g; suma cukrów prostych: 37.24 g; Sól: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.46 g; Sód: 1383.68 mg;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	grochówka bezmleczna (SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (SOJ), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2470.79 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 102.69 g; nasycone kwasy tł.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 299.31 g; suma cukrów prostych: 32.20 g; Sól: 5.14 g; Błonnik pokarmowy: 40.00 g; Sód: 1613.25 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, ogórek kiszony, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, kalarepa, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Galaretki owocowa, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164.32 kcal; Białko ogółem: 106.76 g; Tłuszcz: 67.72 g; nasycone kwasy tł.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 293.31 g; suma cukrów prostych: 32.47 g; Sól: 8.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; Sód: 3080.01 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, ogórek kiszony, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, kalarepa, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kiwi,		Posiłek nocny: Galaretki owocowa, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210.22 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 68.10 g; nasycone kwasy tł.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 303.95 g; suma cukrów prostych: 39.43 g; Sól: 8.49 g; Błonnik pokarmowy: 35.72 g; Sód: 3083.07 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, buraczki got z wody, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, kalarepa gotowana z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Galaretki owocowa, chleb kukurydziany chrupki,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.66 kcal; Białko ogółem: 106.58 g; Tłuszcz: 76.27 g; nasycone kwasy tł.: 22.90 g; Węglowodany ogółem: 284.02 g; suma cukrów prostych: 38.47 g; Sól: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Sód: 1345.24 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, buraczki got z wody, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab pieczony, kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: morele pieczone,		Posiłek nocny: Galaretki owocowa, chleb kukurydziany chrupki,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2287.74 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 76.71 g; nasycone kwasy tł.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; suma cukrów prostych: 48.50 g; Sól: 5.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.48 g; Sód: 1391.16 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały cukrzykowa (<i>MLE, SEL, S02</i>), Schab pieczony, kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, kalarepa, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kiwi, orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus (<i>SEZ</i>), sałata, rzodkiewka,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), pasztet sojowy dodatek (<i>SOJ, GOR</i>), sałata, seler naciowy (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.26 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 98.61 g; nasycone kwasy tł.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 280.19 g; suma cukrów prostych: 29.84 g; Sól: 9.57 g; Błonnik pokarmowy: 48.14 g; Sód: 3350.55 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, ogórek kiszony, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały cukrzykowa (<i>MLE, SEL, S02</i>), Schab pieczony, kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, kalarepa, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kiwi, orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),	Podwieczorek: chleb razowy (<i>GLU</i>), hummus (<i>SEZ</i>), sałata, rzodkiewka,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), pasztet sojowy dodatek (<i>SOJ, GOR</i>), sałata, seler naciowy (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.26 kcal; Białko ogółem: 100.84 g; Tłuszcz: 98.61 g; nasycone kwasy tł.: 20.83 g; Węglowodany ogółem: 280.19 g; suma cukrów prostych: 29.84 g; Sól: 9.57 g; Błonnik pokarmowy: 48.14 g; Sód: 3350.55 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata, ogórek kiszony, kawa zbozowa z mlekiem b/c (<i>GLU, MLE</i>),	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z wiśni b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, ser biały (<i>MLE</i>), sałata, kalarepa, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Galaretki owocowa, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.72 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 58.09 g; nasycone kwasy tł.: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 310.96 g; suma cukrów prostych: 39.78 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 41.09 g; Sód: 2174.95 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z makaronem bezglutenowa (MLE, SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica drobiowa , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , wafle ryżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1819.57 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 67.84 g; nasycone kwasy tł.: 18.14 g; Węglowodany ogółem: 214.40 g; suma cukrów prostych: 21.96 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g; Sód: 1876.03 mg;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały lekki bezmleczny (GLU, SEL), Schab pieczony , kasza jęczmienna (GLU, MLE), surówka z marchewki , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.92 kcal; Białko ogółem: 95.19 g; Tłuszcz: 65.44 g; nasycone kwasy tł.: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 266.06 g; suma cukrów prostych: 19.51 g; Sól: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; Sód: 2823.51 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	krupnik jaglany (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2327.86 kcal; Białko ogółem: 125.12 g; Tłuszcz: 92.59 g; nasycone kwasy tł.: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 262.23 g; suma cukrów prostych: 60.43 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.75 g; Sód: 2452.18 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	krupnik jaglany (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Jabłko,		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2408.16 kcal; Białko ogółem: 125.76 g; Tłuszcz: 93.24 g; nasycone kwasy tł.: 38.50 g; Węglowodany ogółem: 281.66 g; suma cukrów prostych: 76.01 g; Sól: 6.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sód: 2455.40 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor bez skórki, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	krupnik jaglany lekki (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, kabaczek gotowany, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2334.93 kcal; Białko ogółem: 126.17 g; Tłuszcz: 93.62 g; nasycone kwasy tł.: 38.29 g; Węglowodany ogółem: 252.52 g; suma cukrów prostych: 56.34 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.99 g; Sód: 1492.16 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor bez skórki, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	krupnik jaglany lekki (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, kabaczek gotowany, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: jabłko pieczone,		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2415.23 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 94.26 g; nasycone kwasy tł.: 38.36 g; Węglowodany ogółem: 271.95 g; suma cukrów prostych: 71.92 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g; Sód: 1495.37 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,	krupnik jaglany cukrzyca (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Jabłko, maślanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: budyń b/c (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, rzodkiew biała,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2444.64 kcal; Białko ogółem: 138.55 g; Tłuszcz: 73.81 g; nasycone kwasy tł.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 325.85 g; suma cukrów prostych: 82.20 g; Sól: 7.96 g; Błonnik pokarmowy: 46.01 g; Sód: 3104.51 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,	krupnik jaglany cukrzyca (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Jabłko, maślanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: budyń b/c (<i>MLE</i>), chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, rzodkiew biała,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2444.64 kcal; Białko ogółem: 138.55 g; Tłuszcz: 73.81 g; nasycone kwasy tł.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 325.85 g; suma cukrów prostych: 82.20 g; Sól: 7.96 g; Błonnik pokarmowy: 46.01 g; Sód: 3104.51 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	krupnik jaglany (<i>SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), ziemniaki got, sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, pasztet sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.29 kcal; Białko ogółem: 89.50 g; Tłuszcz: 85.24 g; nasycone kwasy tł.: 32.18 g; Węglowodany ogółem: 268.08 g; suma cukrów prostych: 60.43 g; Sól: 5.96 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; Sód: 2059.35 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy, margaryna, serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, sałata ze śmietaną (<i>MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c,	chleb bezglutenowy, margaryna, szynka konserwowa, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2116.38 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 95.20 g; nasycone kwasy tł.: 34.66 g; Węglowodany ogółem: 206.65 g; suma cukrów prostych: 46.45 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 32.16 g; Sód: 1384.65 mg;		
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		

Jadłospisy dla oddziałów

chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , serek sojowy naturalny (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (<i>SEL</i>), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata vinegrette , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , szynka konserwowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (<i>SOJ</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927.34 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 64.38 g; nasycone kwasy tł.: 16.04 g;
Węglowodany ogółem: 254.51 g; suma cukrów prostych: 34.70 g; Sól: 4.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; Sód: 1465.98 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem i truskawkami (GLU, MLE), surówka z selera z rodzynkami (JAJ, MLE, SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenney (GLU), margaryna , szynka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka brokułowa (JAJ, MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2759.77 kcal; Białko ogółem: 117.87 g; Tłuszcz: 118.16 g; nasycone kwasy tł.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 324.82 g; suma cukrów prostych: 60.61 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.55 g; Sód: 2676.12 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem i truskawkami (GLU, MLE), surówka z selera z rodzynkami (JAJ, MLE, SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenney (GLU), margaryna , szynka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c ,		Posiłek nocny: sałatka brokułowa (JAJ, MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2782.27 kcal; Białko ogółem: 118.08 g; Tłuszcz: 118.28 g; nasycone kwasy tł.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 330.20 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 37.09 g; Sód: 2676.42 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , jajecznica na parze , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem i truskawkami (GLU, MLE), seler gotowany z ziołami (SEL), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka brokułowa lekka (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.25 kcal; Białko ogółem: 116.82 g; Tłuszcz: 71.59 g; nasycone kwasy tł.: 24.85 g; Węglowodany ogółem: 320.17 g; suma cukrów prostych: 59.02 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; Sód: 1283.11 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , jajecznica na parze , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem i truskawkami (GLU, MLE), seler gotowany z ziołami (SEL), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c ,		Posiłek nocny: sałatka brokułowa lekka (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2366.75 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 71.71 g; nasycone kwasy tł.: 24.86 g; Węglowodany ogółem: 325.55 g; suma cukrów prostych: 59.32 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g; Sód: 1283.41 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzycowa (SEL), Makaron pełnoziarnisty z serem i truskawkami (GLU, MLE), Surówka z selera cukrzyca (MLE, SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c , chleb chrupki (GLU),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: sałatka brokułowa cukrzycowa (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2408.47 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 76.81 g; nasycone kwasy tł.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 53.28 g; Sód: 2567.00 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzycowa (SEL), Makaron pełnoziarnisty z serem i truskawkami (GLU, MLE), Surówka z selera cukrzyca (MLE, SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c , chleb chrupki (GLU),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: sałatka brokułowa cukrzycowa (MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2408.47 kcal; Białko ogółem: 111.10 g; Tłuszcz: 76.81 g; nasycone kwasy tł.: 23.09 g; Węglowodany ogółem: 336.92 g; suma cukrów prostych: 44.04 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 53.28 g; Sód: 2567.00 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony (GLU, MLE, SEL), Makaron z serem i truskawkami (GLU, MLE), surówka z selera z rodzynkami (JAJ, MLE, SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenney (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka brokułowa (JAJ, MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2877.52 kcal; Białko ogółem: 109.91 g; Tłuszcz: 131.10 g; nasycone kwasy tł.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 331.78 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Sól: 6.54 g; Błonnik pokarmowy: 39.25 g; Sód: 2205.53 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

ryż na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), makaron bezglutenowy z serem i truskawkami (MLE), surówka z selera z rodzynkami (JAJ, MLE, SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka brokułowa (JAJ, MLE), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2606.39 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 122.37 g; nasycone kwasy tł.: 31.07 g;
Węglowodany ogółem: 276.96 g; suma cukrów prostych: 57.61 g; Sól: 6.39 g; Błonnik pokarmowy: 41.27 g; Sód: 1698.65 mg;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , Szpinak gotowany b/ml b/gl , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: sałatka brokułowa bezmleczna (JAJ), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.63 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 96.47 g; nasycone kwasy tł.: 20.60 g;
Węglowodany ogółem: 257.05 g; suma cukrów prostych: 40.27 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 36.54 g; Sód: 2450.85 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ziemniaki got , marchewka z groszkiem (<i>GLU, MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2420.24 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 82.91 g; nasycone kwasy tł.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; suma cukrów prostych: 56.22 g; Sól: 5.30 g; Błonnik pokarmowy: 49.17 g; Sód: 1925.90 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ziemniaki got , marchewka z groszkiem (<i>GLU, MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka ,		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2511.24 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 83.27 g; nasycone kwasy tł.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 354.12 g; suma cukrów prostych: 72.60 g; Sól: 5.30 g; Błonnik pokarmowy: 51.35 g; Sód: 1927.72 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , nektarynka pieczona , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , marchew got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z tofu (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), mielone pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2166.84 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 77.63 g; nasycone kwasy tł.: 23.81 g; Węglowodany ogółem: 276.52 g; suma cukrów prostych: 59.77 g; Sól: 5.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sód: 889.10 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , nektarynka pieczona , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , marchew got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z tofu (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny ,		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), mielone pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2216.84 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 79.63 g; nasycone kwasy tł.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 281.12 g; suma cukrów prostych: 59.77 g; Sól: 5.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sód: 889.10 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , jogurt naturalny pitny ,	Podwieczorek: Kisiel z siemienia lnianego ,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), ser żółty dodatek (<i>MLE</i>), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.80 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 52.26 g; nasycone kwasy tł.: 14.16 g; Węglowodany ogółem: 287.64 g; suma cukrów prostych: 53.01 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 54.29 g; Sód: 2350.01 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , jogurt naturalny pitny ,	Podwieczorek: Kisiel z siemienia lnianego ,	Posiłek nocny: chleb razowy (<i>GLU</i>), ser żółty dodatek (<i>MLE</i>), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.80 kcal; Białko ogółem: 99.11 g; Tłuszcz: 52.26 g; nasycone kwasy tł.: 14.16 g; Węglowodany ogółem: 287.64 g; suma cukrów prostych: 53.01 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 54.29 g; Sód: 2350.01 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , pasztet sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa (<i>GLU, MLE, SEL</i>), kluski leniwe z masłem (<i>GLU, MLE</i>), marchewka z groszkiem (<i>GLU, MLE</i>), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2931.55 kcal; Białko ogółem: 103.45 g; Tłuszcz: 96.45 g; nasycone kwasy tł.: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 435.85 g; suma cukrów prostych: 81.48 g; Sól: 5.05 g; Błonnik pokarmowy: 51.42 g; Sód: 1509.51 mg;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
kasza jaglana na mleku (<i>MLE</i>), chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: kefir (<i>MLE</i>), siemię lniane ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2015.46 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 67.36 g; nasycone kwasy tł.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 257.90 g; suma cukrów prostych: 53.70 g; Sól: 4.79 g; Błonnik pokarmowy: 51.19 g; Sód: 868.72 mg;		
wtorek 2026-07-14	Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML	
kasza jaglana na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ziemniaki got , marchewka z groszkiem bezmleczna bezglutenowa , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy waniliowy (<i>SOJ</i>), siemię lniane ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2297.06 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 72.02 g; nasycone kwasy tł.: 12.89 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; suma cukrów prostych: 40.84 g; Sól: 5.26 g; Błonnik pokarmowy: 50.77 g; Sód: 1723.19 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z miodem (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy duszony (GLU), kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2402.65 kcal; Białko ogółem: 135.03 g; Tłuszcz: 71.27 g; nasycone kwasy tł.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 324.11 g; suma cukrów prostych: 53.24 g; Sól: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; Sód: 2400.35 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z miodem (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy duszony (GLU), kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2618.63 kcal; Białko ogółem: 144.75 g; Tłuszcz: 75.22 g; nasycone kwasy tł.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 361.83 g; suma cukrów prostych: 60.43 g; Sól: 7.18 g; Błonnik pokarmowy: 41.69 g; Sód: 2748.48 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z miodem (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy lekka duszony (GLU, MLE, SEL), kasza jaglana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: bulka wrocławska (GLU), Miruna w galarecie lekka (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.01 kcal; Białko ogółem: 132.45 g; Tłuszcz: 65.29 g; nasycone kwasy tł.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; suma cukrów prostych: 51.04 g; Sól: 5.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; Sód: 1611.62 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z miodem (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy lekka duszony (GLU, MLE, SEL), kasza jaglana (MLE), kabaczek gotowany , kompot z truskawek b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),		Posiłek nocny: bulka wrocławska (GLU), Miruna w galarecie lekka (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315.44 kcal; Białko ogółem: 137.03 g; Tłuszcz: 64.12 g; nasycone kwasy tł.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 308.66 g; suma cukrów prostych: 60.93 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; Sód: 1721.16 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzykowa (MLE, SEL), Szynka pieczona , kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatkowe (SOJ), sałata , papryka świeża ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie cukrzyca (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.84 kcal; Białko ogółem: 143.04 g; Tłuszcz: 58.40 g; nasycone kwasy tł.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; suma cukrów prostych: 44.72 g; Sól: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 51.05 g; Sód: 2695.40 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzykowa (MLE, SEL), Szynka pieczona , kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatkowe (SOJ), sałata , papryka świeża ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie cukrzyca (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.84 kcal; Białko ogółem: 143.04 g; Tłuszcz: 58.40 g; nasycone kwasy tł.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; suma cukrów prostych: 44.72 g; Sól: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 51.05 g; Sód: 2695.40 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z miodem (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, MLE, SEL), kotlety sojowe (SOJ), kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2469.11 kcal; Białko ogółem: 121.95 g; Tłuszcz: 66.88 g; nasycone kwasy tł.: 24.80 g; Węglowodany ogółem: 361.55 g; suma cukrów prostych: 55.58 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 47.34 g; Sód: 2048.19 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , twarożek z miodem (MLE), sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, MLE, SEL), Szynka pieczona , kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.32 kcal; Białko ogółem: 130.48 g; Tłuszcz: 77.84 g; nasycone kwasy tł.: 28.27 g; Węglowodany ogółem: 267.13 g; suma cukrów prostych: 49.03 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 43.55 g; Sód: 1382.32 mg;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , mus z jabłek z cynamonem , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (GLU, MLE, SEL), Szynka pieczona , kasza gryczana (MLE), fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2437.21 kcal; Białko ogółem: 142.01 g; Tłuszcz: 72.74 g; nasycone kwasy tł.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; suma cukrów prostych: 41.78 g; Sól: 8.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.18 g; Sód: 3089.42 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU , MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z wiśni 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: 2423.09 kcal; Białko ogółem: 108.17 g; Tłuszcz: 93.32 g; nasycone kwasy tł.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 305.75 g; suma cukrów prostych: 42.37 g; Sól: 8.97 g; Błonnik pokarmowy: 36.22 g; Sód: 3585.17 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU , MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ , SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2562.56 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 96.51 g; nasycone kwasy tł.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 329.50 g; suma cukrów prostych: 55.65 g; Sól: 9.21 g; Błonnik pokarmowy: 43.79 g; Sód: 3681.61 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa lekka (GLU , MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie jogurtowym (MLE), kompot z wiśni 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: 2101.70 kcal; Białko ogółem: 109.11 g; Tłuszcz: 58.01 g; nasycone kwasy tł.: 18.99 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; suma cukrów prostych: 37.57 g; Sól: 6.33 g; Błonnik pokarmowy: 21.15 g; Sód: 1361.92 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie jogurtowym (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa lekka z jajkiem (SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),		Posiłek nocny: bułka wrocławska (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.11 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 59.32 g; nasycone kwasy tł.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 315.98 g; suma cukrów prostych: 48.72 g; Sól: 6.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; Sód: 1437.30 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzycowa (MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż brązowy (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie jogurtowym (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),	Podwieczorek: serek wiejski (MLE), pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.36 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 73.43 g; nasycone kwasy tł.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 278.65 g; suma cukrów prostych: 47.40 g; Sól: 10.40 g; Błonnik pokarmowy: 52.12 g; Sód: 4180.63 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzycowa (MLE , SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż brązowy (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie jogurtowym (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),	Podwieczorek: serek wiejski (MLE), pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.36 kcal; Białko ogółem: 129.60 g; Tłuszcz: 73.43 g; nasycone kwasy tł.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 278.65 g; suma cukrów prostych: 47.40 g; Sól: 10.40 g; Błonnik pokarmowy: 52.12 g; Sód: 4180.63 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU , MLE , SEL), tofu (SOJ), ryż (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ , SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy (GLU), ser żółty dodatek (MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2586.35 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 118.10 g; nasycone kwasy tł.: 35.97 g; Węglowodany ogółem: 316.67 g; suma cukrów prostych: 42.27 g; Sól: 8.06 g; Błonnik pokarmowy: 41.13 g; Sód: 2918.60 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezglutenowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), sałata lodowa z pomidorem w sosie śmietanowym (MLE), kompot z wiśni 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: 2200.64 kcal; Białko ogółem: 98.57 g; Tłuszcz: 96.96 g; nasycone kwasy tł.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 235.51 g; suma cukrów prostych: 33.28 g; Sól: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 38.96 g; Sód: 2254.36 mg;

czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ryż (MLE), sałata lodowa vinegrette , kompot z wiśni 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: 2194.86 kcal; Białko ogółem: 105.79 g; Tłuszcz: 74.26 g; nasycone kwasy tł.: 14.94 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; suma cukrów prostych: 32.35 g; Sól: 8.87 g; Błonnik pokarmowy: 38.04 g; Sód: 3427.17 mg;