

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), grahamka (GLU), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	grochówka (GLU , SOJ , SEL), kotlet rybny smażony (GLU , RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.76 kcal; Białko ogółem: 110.76 g; Tłuszcz: 78.11 g; nasycone kwasy tł.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; suma cukrów prostych: 53.79 g; Sól: 5.51 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g; Sód: 2119.10 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), grahamka (GLU), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	grochówka (GLU , SOJ , SEL), kotlet rybny smażony (GLU , RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2376.74 kcal; Białko ogółem: 112.32 g; Tłuszcz: 78.59 g; nasycone kwasy tł.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 325.76 g; suma cukrów prostych: 60.18 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 43.61 g; Sód: 2121.46 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa lekka (GLU , SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927.08 kcal; Białko ogółem: 90.85 g; Tłuszcz: 61.10 g; nasycone kwasy tł.: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 261.67 g; suma cukrów prostych: 49.04 g; Sól: 4.89 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g; Sód: 1020.90 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa lekka (GLU , SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy ,		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.20 kcal; Białko ogółem: 91.70 g; Tłuszcz: 61.41 g; nasycone kwasy tł.: 18.70 g; Węglowodany ogółem: 276.83 g; suma cukrów prostych: 54.90 g; Sól: 4.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; Sód: 1019.21 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: serek sojowy naturalny (SOJ), siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.31 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 65.38 g; nasycone kwasy tł.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 67.75 g; Sód: 2602.11 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: serek sojowy naturalny (SOJ), siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2218.31 kcal; Białko ogółem: 110.07 g; Tłuszcz: 65.38 g; nasycone kwasy tł.: 16.68 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; suma cukrów prostych: 44.81 g; Sól: 7.22 g; Błonnik pokarmowy: 67.75 g; Sód: 2602.11 mg;

piątek 2026-09-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza kuskus na mleku (GLU , MLE), grahamka (GLU), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa (GLU , SEL), kotlet rybny smażony (GLU , RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2354.55 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 92.51 g; nasycone kwasy tł.: 22.95 g; Węglowodany ogółem: 301.14 g; suma cukrów prostych: 54.62 g; Sól: 4.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; Sód: 1603.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-09-25		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	grochówka bezglutenowa (MLE , SEL), Filet z morszczuka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , pomidor ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.55 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 73.40 g; nasycone kwasy tł.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 238.29 g; suma cukrów prostych: 41.60 g; Sól: 5.30 g; Błonnik pokarmowy: 44.77 g; Sód: 1142.59 mg;

piątek 2026-09-25		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), grahamka (GLU), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (MLE), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	grochówka bezmleczna (SEL), kotlet rybny smażony (GLU , RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.34 kcal; Białko ogółem: 123.50 g; Tłuszcz: 79.92 g; nasycone kwasy tł.: 19.31 g; Węglowodany ogółem: 346.49 g; suma cukrów prostych: 45.49 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 46.63 g; Sód: 2650.37 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek kiszony , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z ryżem (SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza pęczak (GLU, MLE), brokuły got (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.50 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 61.02 g; nasycone kwasy tł.: 24.43 g; Węglowodany ogółem: 267.71 g; suma cukrów prostych: 40.08 g; Sól: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Sód: 2969.10 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek kiszony , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z ryżem (SEL), Schab pieczony w sosie (GLU), kasza pęczak (GLU, MLE), brokuły got (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011.00 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 61.14 g; nasycone kwasy tł.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; suma cukrów prostych: 40.38 g; Sól: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g; Sód: 2969.40 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , pietruszka gotowana z wody , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z ryżem lekka (MLE, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , brokuły got (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , mus z jabłek , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), mielone pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.02 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 74.01 g; nasycone kwasy tł.: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 247.85 g; suma cukrów prostych: 55.44 g; Sól: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.32 g; Sód: 1380.68 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , pietruszka gotowana z wody , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z ryżem lekka (MLE, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , kabaczek gotowany , kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , mus z jabłek , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), mielone pestki dyni ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.67 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 69.39 g; nasycone kwasy tł.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 248.08 g; suma cukrów prostych: 54.54 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; Sód: 1372.86 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem kukurydza (MLE, SEL), Schab pieczony , kasza pęczak (GLU, MLE), brokuły got (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: jogurt naturalny (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2244.43 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 67.30 g; nasycone kwasy tł.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 324.65 g; suma cukrów prostych: 31.98 g; Sól: 9.09 g; Błonnik pokarmowy: 56.84 g; Sód: 3375.85 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem kukurydza (MLE, SEL), Schab pieczony , kasza pęczak (GLU, MLE), brokuły got (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: jogurt naturalny (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2244.43 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 67.30 g; nasycone kwasy tł.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 324.65 g; suma cukrów prostych: 31.98 g; Sól: 9.09 g; Błonnik pokarmowy: 56.84 g; Sód: 3375.85 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z ryżem (SEL), tofu (SOJ), kasza pęczak (GLU, MLE), brokuły got (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , ser żółty wegański , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2029.99 kcal; Białko ogółem: 69.40 g; Tłuszcz: 80.86 g; nasycone kwasy tł.: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 275.76 g; suma cukrów prostych: 39.51 g; Sól: 6.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.79 g; Sód: 1970.32 mg;

sobota 2026-09-26 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Wydrukował: nc, Data i godzina wydruku: 2026-09-24 14:30:07

sobota 2026-09-26		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML	
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem bezmleczna (SEL) , Schab pieczony , kasza pęczak (GLU, MLE) , brokuły got (MLE) , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU) , margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	
		Posiłek nocny: serek sojowy naturalny (SOJ) , otręby żytnie - dodatek (GLU) ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1843.42 kcal; Białko ogółem: 101.64 g; Tłuszcz: 61.62 g; nasycone kwasy tł.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 236.51 g; suma cukrów prostych: 21.32 g; Sól: 7.39 g; Błonnik pokarmowy: 37.18 g; Sód: 2763.65 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , gruszka , kakao z mlekiem b/c (MLE),	zacierkowa z boczkiem (GLU, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , mizeria z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1930.70 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 53.44 g; nasycone kwasy tł.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 268.89 g; suma cukrów prostych: 50.78 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Sód: 2413.53 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , kakao z mlekiem b/c (MLE),	zacierkowa z boczkiem (GLU, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , mizeria z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka ,		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1930.70 kcal; Białko ogółem: 106.59 g; Tłuszcz: 53.44 g; nasycone kwasy tł.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 268.89 g; suma cukrów prostych: 50.78 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.61 g; Sód: 2413.53 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , dynia gotowana z wody , mus z gruszki , kakao z mlekiem b/c (MLE),	zacierkowa z masłem (GLU, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , marchewka mini got , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1860.47 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 46.17 g; nasycone kwasy tł.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 261.33 g; suma cukrów prostych: 44.18 g; Sól: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sód: 942.49 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , dynia gotowana z wody , kakao z mlekiem b/c (MLE),	zacierkowa z masłem (GLU, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , marchewka mini got , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z gruszki ,		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1860.47 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 46.17 g; nasycone kwasy tł.: 16.63 g; Węglowodany ogółem: 261.33 g; suma cukrów prostych: 44.18 g; Sól: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sód: 942.49 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka cukrzycowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka , maślanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2368.87 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 60.10 g; nasycone kwasy tł.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 360.65 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Sól: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 59.81 g; Sód: 3807.17 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka cukrzycowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka , maślanka (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , pomidor ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2368.87 kcal; Białko ogółem: 123.97 g; Tłuszcz: 60.10 g; nasycone kwasy tł.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 360.65 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Sól: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 59.81 g; Sód: 3807.17 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , gruszka , kakao z mlekiem b/c (MLE),	zacierkowa z masłem (GLU, SEL), kotlety sojowe (SOJ), ziemniaki got , mizeria z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2036.28 kcal; Białko ogółem: 83.15 g; Tłuszcz: 70.26 g; nasycone kwasy tł.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 277.44 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 41.71 g; Sód: 1855.41 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty (MLE), sałata , rzodkiewka , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka bezmleczna bezglutenowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , mizeria z jogurtem (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka , sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1629.84 kcal; Białko ogółem: 84.93 g; Tłuszcz: 55.10 g; nasycone kwasy tł.: 18.18 g; Węglowodany ogółem: 200.40 g; suma cukrów prostych: 35.67 g; Sól: 5.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.55 g; Sód: 1334.27 mg;

niedziela 2026-09-27 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , rzodkiewka , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	zacierkowa bezmleczna (GLU, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , ziemniaki got , sałata vinegrette , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka , sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.01 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 92.95 g; nasycone kwasy tł.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 254.77 g; suma cukrów prostych: 36.57 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.11 g; Sód: 2210.03 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, SEL), łazanki z kapustą i grzybami (GLU), Jabłko , kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1993.21 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 56.60 g; nasycone kwasy tł.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; suma cukrów prostych: 47.69 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 35.34 g; Sód: 3012.97 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, SEL), łazanki z kapustą i grzybami (GLU), Jabłko , kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),		Posiłek nocny: Galaretką owocowa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.68 kcal; Białko ogółem: 84.87 g; Tłuszcz: 59.79 g; nasycone kwasy tł.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 334.22 g; suma cukrów prostych: 60.97 g; Sól: 7.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.90 g; Sód: 3109.41 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany lekki (SEL), makaron z serem i szpinakiem lekka gotowany (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z agrestu b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242.00 kcal; Białko ogółem: 105.73 g; Tłuszcz: 62.42 g; nasycone kwasy tł.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 324.45 g; suma cukrów prostych: 48.22 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g; Sód: 1768.18 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany lekki (SEL), makaron z serem i szpinakiem lekka gotowany (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z agrestu b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),		Posiłek nocny: Galaretką owocowa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372.58 kcal; Białko ogółem: 112.93 g; Tłuszcz: 65.46 g; nasycone kwasy tł.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 346.27 g; suma cukrów prostych: 61.41 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 35.95 g; Sód: 1861.10 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwo przysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), makaron z serem i szpinakiem cukrzykowy gotowany (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z agrestu b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),	Podwieczorek: Cukinia z jabłkiem , pestki słonecznika ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.67 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 73.27 g; nasycone kwasy tł.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 344.10 g; suma cukrów prostych: 54.16 g; Sól: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 61.07 g; Sód: 3072.12 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwo przysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), makaron z serem i szpinakiem cukrzykowy gotowany (GLU, MLE), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z agrestu b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),	Podwieczorek: Cukinia z jabłkiem , pestki słonecznika ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.67 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 73.27 g; nasycone kwasy tł.: 21.35 g; Węglowodany ogółem: 344.10 g; suma cukrów prostych: 54.16 g; Sól: 8.08 g; Błonnik pokarmowy: 61.07 g; Sód: 3072.12 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, SEL), łazanki z kapustą i grzybami (GLU), Jabłko , kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , ogórek kiszony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2280.65 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 70.59 g; nasycone kwasy tł.: 16.92 g; Węglowodany ogółem: 359.13 g; suma cukrów prostych: 49.61 g; Sól: 9.67 g; Błonnik pokarmowy: 46.67 g; Sód: 3391.64 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), makaron z tofu i szpinakiem bezglutenowy bezmleczny gotowany (SOJ), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z agrestu b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Galaretka owocowa ,
--	--	------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937.30 kcal; Białko ogółem: 76.86 g; Tłuszcz: 66.62 g; nasycone kwasy tł.: 17.37 g; Węglowodany ogółem: 262.84 g; suma cukrów prostych: 37.08 g; Sól: 6.11 g; Błonnik pokarmowy: 39.94 g; Sód: 1647.88 mg;

poniedziałek 2026-09-28 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), makaron z tofu i szpinakiem bezglutenowy bezmleczny gotowany (SOJ), surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1934.02 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 51.60 g; nasycone kwasy tł.: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 300.00 g; suma cukrów prostych: 32.33 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.46 g; Sód: 2475.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (<i>GLU, SEL</i>), szynka w sosie chrzanowym (<i>GLU, MLE, S02</i>), ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z soi (<i>JAJ, SOJ</i>), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru (<i>MLE</i>), płatki owsiane - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2256.83 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 73.52 g; nasycone kwasy tł.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 309.14 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Sól: 8.31 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g; Sód: 3147.21 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (<i>GLU, SEL</i>), szynka w sosie chrzanowym (<i>GLU, MLE, S02</i>), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (<i>JAJ</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z soi (<i>JAJ, SOJ</i>), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru (<i>MLE</i>), płatki owsiane - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2396.70 kcal; Białko ogółem: 108.88 g; Tłuszcz: 85.64 g; nasycone kwasy tł.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 317.98 g; suma cukrów prostych: 65.70 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 43.19 g; Sód: 3134.82 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,	cułiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek 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: Jogurt owocowy bez cukru (<i>MLE</i>), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2076.76 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 70.72 g; nasycone kwasy tł.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 269.05 g; suma cukrów prostych: 49.08 g; Sól: 5.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sód: 905.96 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , tarta marchewka , herbata z cytryną b/c ,	cułiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , buraczki got (<i>GLU, MLE</i>), kompot z truskawek 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: brzoskwinia pieczona ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru (<i>MLE</i>), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2146.62 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 70.74 g; nasycone kwasy tł.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 288.62 g; suma cukrów prostych: 62.34 g; Sól: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.00 g; Sód: 958.84 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (<i>JAJ</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z soi (<i>JAJ, SOJ</i>), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , kefir (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.17 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 76.42 g; nasycone kwasy tł.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 308.77 g; suma cukrów prostych: 53.00 g; Sól: 7.95 g; Błonnik pokarmowy: 58.47 g; Sód: 2928.78 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzykowa (<i>MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (<i>JAJ</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z soi (<i>JAJ, SOJ</i>), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , kefir (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2261.77 kcal; Białko ogółem: 107.59 g; Tłuszcz: 76.46 g; nasycone kwasy tł.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 309.87 g; suma cukrów prostych: 55.03 g; Sól: 7.94 g; Błonnik pokarmowy: 57.85 g; Sód: 2925.10 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (<i>GLU, SEL</i>), tofu (<i>SOJ</i>), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (<i>JAJ</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z soi (<i>JAJ, SOJ</i>), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru (<i>MLE</i>), płatki owsiane - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2320.81 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 95.09 g; nasycone kwasy tł.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 291.48 g; suma cukrów prostych: 51.98 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 40.96 g; Sód: 1920.74 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Szynka pieczona , ziemniaki got , buraczki got bezmleczne bezglutenowe , kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru (MLE), chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1986.78 kcal; Białko ogółem: 98.11 g; Tłuszcz: 75.50 g; nasycone kwasy tł.: 15.56 g; Węglowodany ogółem: 232.49 g; suma cukrów prostych: 47.24 g; Sól: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 45.01 g; Sód: 1141.99 mg;

wtorek 2026-09-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Szynka pieczona , ziemniaki got , buraczki got bezmleczne bezglutenowe , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z soi (JAJ, SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , płatki owsiane - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2012.92 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 63.35 g; nasycone kwasy tł.: 13.73 g; Węglowodany ogółem: 275.14 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; Sód: 2054.32 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), śledzie w oleju z cebulką (<i>RYB</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2870.41 kcal; Białko ogółem: 127.95 g; Tłuszcz: 118.51 g; nasycone kwasy tł.: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 338.43 g; suma cukrów prostych: 62.15 g; Sól: 21.24 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sód: 8427.84 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), śledzie w oleju z cebulką (<i>RYB</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2920.41 kcal; Białko ogółem: 131.35 g; Tłuszcz: 120.51 g; nasycone kwasy tł.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 343.03 g; suma cukrów prostych: 62.15 g; Sól: 21.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; Sód: 8427.84 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , mus z gruszek , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2043.79 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 62.67 g; nasycone kwasy tł.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 264.12 g; suma cukrów prostych: 61.01 g; Sól: 4.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.57 g; Sód: 1221.12 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , mus z gruszek , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081.94 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 64.50 g; nasycone kwasy tł.: 23.95 g; Węglowodany ogółem: 266.23 g; suma cukrów prostych: 60.48 g; Sól: 4.48 g; Błonnik pokarmowy: 20.64 g; Sód: 1217.08 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek wiosenny (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały cukrzycowa (<i>MLE, SEL, S02</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), śledzie w oleju z cebulką (<i>RYB</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2515.84 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 90.38 g; nasycone kwasy tł.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 319.59 g; suma cukrów prostych: 40.35 g; Sól: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 50.42 g; Sód: 9030.83 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek wiosenny (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały cukrzycowa (<i>MLE, SEL, S02</i>), Indyk pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny pitny (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), śledzie w oleju z cebulką (<i>RYB</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2515.84 kcal; Białko ogółem: 130.75 g; Tłuszcz: 90.38 g; nasycone kwasy tł.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 319.59 g; suma cukrów prostych: 40.35 g; Sól: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 50.42 g; Sód: 9030.83 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza jęczmienna na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , twarożek z dżemem (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), kluski leniwe (<i>GLU, MLE</i>), sałata z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasztet sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), śledzie w oleju z cebulką (<i>RYB</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3047.43 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 108.44 g; nasycone kwasy tł.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 412.64 g; suma cukrów prostych: 65.58 g; Sól: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sód: 7729.92 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , twarożek z dżemem (MLE), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Indyk pieczony , sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c , ziemniaki got ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , śledzie w oleju z cebulką (RYB),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2290.71 kcal; Białko ogółem: 115.52 g; Tłuszcz: 102.86 g; nasycone kwasy tł.: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 224.52 g; suma cukrów prostych: 50.56 g; Sól: 19.33 g; Błonnik pokarmowy: 34.28 g; Sód: 6769.52 mg;

środa 2026-09-30 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Indyk pieczony , sałata vinegrette , kompot z wiśni b/c , ziemniaki got ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), śledzie w oleju z cebulką (RYB),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2397.66 kcal; Białko ogółem: 119.42 g; Tłuszcz: 94.69 g; nasycone kwasy tł.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 279.72 g; suma cukrów prostych: 35.36 g; Sól: 21.14 g; Błonnik pokarmowy: 30.83 g; Sód: 8346.07 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , súpki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa (GLU, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), sos napoli (MLE), kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka brokułowa (JAJ, MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2647.25 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 101.19 g; nasycone kwasy tł.: 35.30 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; suma cukrów prostych: 73.31 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 38.96 g; Sód: 2599.30 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , súpki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa (GLU, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), sos napoli (MLE), kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka brokułowa (JAJ, MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jablko ,		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2727.55 kcal; Białko ogółem: 110.39 g; Tłuszcz: 101.84 g; nasycone kwasy tł.: 35.37 g; Węglowodany ogółem: 362.99 g; suma cukrów prostych: 88.89 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 42.17 g; Sód: 2602.52 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (GLU, MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), sos pomidorowy (GLU, MLE), kasza jęczmienna (GLU, MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka brokułowa lekka (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2574.54 kcal; Białko ogółem: 108.83 g; Tłuszcz: 88.57 g; nasycone kwasy tł.: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 348.64 g; suma cukrów prostych: 76.02 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.74 g; Sód: 1309.93 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (GLU, MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), sos pomidorowy (GLU, MLE), kasza jęczmienna (GLU, MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jablko pieczone ,		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2704.24 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 95.00 g; nasycone kwasy tł.: 37.30 g; Węglowodany ogółem: 361.89 g; suma cukrów prostych: 88.20 g; Sól: 6.00 g; Błonnik pokarmowy: 35.00 g; Sód: 1381.60 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , súpki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzycowa (MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), kasza gryczana (MLE), sos pomidorowy cukrzyca , surówka z marchewki , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka brokułowa cukrzycowa (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jablko , serek wiejski (MLE),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2581.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 84.30 g; nasycone kwasy tł.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; suma cukrów prostych: 78.69 g; Sól: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 52.66 g; Sód: 3902.53 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , súpki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzycowa (MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), sos pomidorowy cukrzyca , kasza gryczana (MLE), surówka z marchewki , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka brokułowa cukrzycowa (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Jablko , serek wiejski (MLE),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2581.67 kcal; Białko ogółem: 129.19 g; Tłuszcz: 84.30 g; nasycone kwasy tł.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 351.95 g; suma cukrów prostych: 78.69 g; Sól: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 52.66 g; Sód: 3902.53 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , súpki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa (GLU, SEL), kotlety sojowe (SOJ), sos pomidorowy (GLU, MLE), kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU, MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka brokułowa (JAJ, MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2519.35 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 91.22 g; nasycone kwasy tł.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 346.45 g; suma cukrów prostych: 77.21 g; Sól: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 45.75 g; Sód: 1934.64 mg;

czwartek 2026-10-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Befszyk wieprzowy gotowany , kasza gryczana (MLE), marchew got (GLU , MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , sałatka brokułowa (JAJ , MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2567.76 kcal; Białko ogółem: 99.74 g; Tłuszcz: 122.44 g; nasycone kwasy tł.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 271.35 g; suma cukrów prostych: 62.55 g; Sól: 7.06 g; Błonnik pokarmowy: 43.63 g; Sód: 1848.95 mg;

czwartek 2026-10-01	Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML	
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), kasza gryczana z wody , marchew got (GLU , MLE), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka brokułowa bezmleczna (JAJ), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (SOJ),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2509.54 kcal; Białko ogółem: 106.96 g; Tłuszcz: 96.28 g; nasycone kwasy tł.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; suma cukrów prostych: 57.99 g; Sól: 7.61 g; Błonnik pokarmowy: 41.30 g; Sód: 2740.94 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2403.38 kcal; Białko ogółem: 127.06 g; Tłuszcz: 66.00 g; nasycone kwasy tł.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 345.55 g; suma cukrów prostych: 45.65 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g; Sód: 2556.53 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy ,		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2469.36 kcal; Białko ogółem: 128.63 g; Tłuszcz: 66.47 g; nasycone kwasy tł.: 23.55 g; Węglowodany ogółem: 363.20 g; suma cukrów prostych: 52.04 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sód: 2558.89 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1955.29 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 57.18 g; nasycone kwasy tł.: 17.06 g; Węglowodany ogółem: 262.27 g; suma cukrów prostych: 40.13 g; Sól: 3.74 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g; Sód: 1007.86 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy ,		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2021.27 kcal; Białko ogółem: 109.98 g; Tłuszcz: 57.65 g; nasycone kwasy tł.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 279.91 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Sól: 3.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Sód: 1010.21 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy cukrzyca (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku cukrzyca , ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: sałatka z kalafiora cukrzykowa ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.88 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 70.88 g; nasycone kwasy tł.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 63.61 g; Sód: 2601.17 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy cukrzyca (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku cukrzyca , ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus porzeczkowo-truskawkowy , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: sałatka z kalafiora cukrzykowa ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2308.88 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 70.88 g; nasycone kwasy tł.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 327.72 g; suma cukrów prostych: 44.71 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 63.61 g; Sód: 2601.17 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ , GOR), sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasta z tofu (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2635.65 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 96.22 g; nasycone kwasy tł.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 349.37 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 38.47 g; Sód: 2223.20 mg;

piątek 2026-10-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Wydrukował: nc, Data i godzina wydruku: 2026-09-24 14:30:07

piątek 2026-10-02		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
ryż na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , szynka , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy bezmleczna bezglutenowa (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku (GLU, SEL), ziemniaki got, kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198.15 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 49.20 g; nasycone kwasy tł.: 10.88 g; Węglowodany ogółem: 337.54 g; suma cukrów prostych: 37.18 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sód: 2309.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiewka , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany (SEL), Kotlet schabowy smażony (GLU), kasza gryczana (MLE), bukiet warzyw gotowanych (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy pitny (MLE), pestki dyni ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2288.26 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 83.30 g; nasycone kwasy tł.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 290.65 g; suma cukrów prostych: 27.85 g; Sól: 5.79 g; Błonnik pokarmowy: 38.60 g; Sód: 2313.53 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiewka , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany (SEL), Kotlet schabowy smażony (GLU), kasza gryczana (MLE), bukiet warzyw gotowanych (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy pitny (MLE), pestki dyni ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2398.46 kcal; Białko ogółem: 112.00 g; Tłuszcz: 83.68 g; nasycone kwasy tł.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; suma cukrów prostych: 46.66 g; Sól: 5.80 g; Błonnik pokarmowy: 42.59 g; Sód: 2317.33 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , cukinia gotowana , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany lekki (SEL), Szynka pieczona , kasza bulgur (GLU, MLE), bukiet warzyw got lekki (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy pitny (MLE), mielone pestki dyni ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2045.90 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 63.38 g; nasycone kwasy tł.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 264.87 g; suma cukrów prostych: 27.72 g; Sól: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sód: 1266.38 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , cukinia gotowana , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany lekki (SEL), Szynka pieczona , kasza bulgur (GLU, MLE), bukiet warzyw got lekki (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Gruszka pieczona ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy pitny (MLE), mielone pestki dyni ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156.10 kcal; Białko ogółem: 108.92 g; Tłuszcz: 63.76 g; nasycone kwasy tł.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 292.23 g; suma cukrów prostych: 46.53 g; Sól: 5.38 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g; Sód: 1270.18 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), Szynka pieczona , kasza gryczana (MLE), bukiet warzyw got cukrzycowa , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka , serek bieluch (MLE),	Podwieczorek: jogurt naturalny pitny (MLE), pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , papryka świeża ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.80 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 74.50 g; nasycone kwasy tł.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 51.49 g; Sód: 2597.02 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany cukrzyca (SEL), Szynka pieczona , kasza gryczana (MLE), bukiet warzyw got cukrzycowa , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka , serek bieluch (MLE),	Podwieczorek: jogurt naturalny pitny (MLE), pestki dyni ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , papryka świeża ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2349.80 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 74.50 g; nasycone kwasy tł.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 328.08 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Sól: 7.16 g; Błonnik pokarmowy: 51.49 g; Sód: 2597.02 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty wegański , sałata , rzodkiewka , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	krupnik jaglany (SEL), tofu (SOJ), kasza gryczana (MLE), bukiet warzyw gotowanych (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy pitny (MLE), pestki dyni ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2191.10 kcal; Białko ogółem: 74.87 g; Tłuszcz: 89.32 g; nasycone kwasy tł.: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 289.72 g; suma cukrów prostych: 27.71 g; Sól: 4.98 g; Błonnik pokarmowy: 42.06 g; Sód: 1206.90 mg;		
sobota 2026-10-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		

Wydrukował: nc, Data i godzina wydruku: 2026-09-24 14:30:07

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.26.3.23
Jadłospis_Na_Oddzial_Ozdobny.fr3

Wydrukował: nc, Data i godzina wydruku: 2026-09-24 14:30:07

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.26.3.23
Jadłospis_Na_Oddzial_Ozdobny.fr3

Wydrukował: nc, Data i godzina wydruku: 2026-09-24 14:30:07

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, słupki kalarepy, nektarynka, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	barszcz czerwony (<i>GLU, SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z kapusty włoskiej, kompot z agrestu b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.32 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 92.89 g; nasycone kwasy tł.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; suma cukrów prostych: 78.08 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sód: 2239.26 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, słupki kalarepy, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	barszcz czerwony (<i>GLU, SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z kapusty włoskiej, kompot z agrestu b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: nektarynka,		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2360.32 kcal; Białko ogółem: 115.04 g; Tłuszcz: 92.89 g; nasycone kwasy tł.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 281.74 g; suma cukrów prostych: 78.08 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.28 g; Sód: 2239.26 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, kalarepa gotowana z wody, nektarynka pieczona, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	barszcz czerwony lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, pietruszka gotowana z ziołami, kompot z agrestu b/c,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2284.26 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 84.88 g; nasycone kwasy tł.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 272.50 g; suma cukrów prostych: 74.16 g; Sól: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g; Sód: 1318.06 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, tarta marchewka, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	barszcz czerwony lekki (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, pietruszka gotowana z ziołami, kompot z agrestu b/c,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, kabaczek gotowany, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: nektarynka pieczona,		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.06 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 84.41 g; nasycone kwasy tł.: 28.83 g; Węglowodany ogółem: 270.73 g; suma cukrów prostych: 74.70 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g; Sód: 1362.14 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, słupki kalarepy, herbata z cytryną b/c,	pomidorowa z makaronem cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z kapusty włoskiej, kompot z agrestu b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: nektarynka, kefir (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: budyń b/c (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, rzodkiewka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2573.33 kcal; Białko ogółem: 128.01 g; Tłuszcz: 89.73 g; nasycone kwasy tł.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; suma cukrów prostych: 76.04 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 48.69 g; Sód: 2980.43 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, Żywiecka, sałata, słupki kalarepy, herbata z cytryną b/c,	pomidorowa z makaronem cukrzyca (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z kapusty włoskiej, kompot z agrestu b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Indyk wędzony, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: nektarynka, kefir (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: budyń b/c (<i>MLE</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, rzodkiewka,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2573.33 kcal; Białko ogółem: 128.01 g; Tłuszcz: 89.73 g; nasycone kwasy tł.: 27.41 g; Węglowodany ogółem: 336.66 g; suma cukrów prostych: 76.04 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 48.69 g; Sód: 2980.43 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, pasztet sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata, słupki kalarepy, nektarynka, kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	barszcz czerwony (<i>GLU, SEL</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), ziemniaki got, surówka z kapusty włoskiej, kompot z agrestu b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, ser biały (<i>MLE</i>), sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2157.20 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 70.48 g; nasycone kwasy tł.: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 296.58 g; suma cukrów prostych: 85.44 g; Sól: 4.56 g; Błonnik pokarmowy: 39.81 g; Sód: 1389.50 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy, margaryna, Żywiecka, sałata, słupki kalarepy, nektarynka, herbata z cytryną b/c,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (<i>SEL</i>), Udzik pieczony, ziemniaki got, surówka z kapusty włoskiej, kompot z agrestu b/c,	chleb bezglutenowy, margaryna, Indyk wędzony, sałata, brokuły got z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: budyń b/c (<i>MLE</i>),

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2096.28 kcal; Białko ogółem: 97.82 g; Tłuszcz: 92.57 g; nasycone kwasy tł.: 25.11 g; Węglowodany ogółem: 220.43 g; suma cukrów prostych: 63.42 g; Sól: 5.05 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; Sód: 1164.05 mg;

niedziela 2026-10-04 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , słupki kalarepy , nektarynka , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (<i>SEL</i>), Udzik pieczony , ziemniaki got , surówka z kapusty włoskiej , kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenney (<i>GLU</i>), margaryna , Indyk wędzony , sałata , brokuły got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2199.96 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 75.18 g; nasycone kwasy tł.: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 291.27 g; suma cukrów prostych: 46.89 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 42.38 g; Sód: 2826.79 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,	kapuśniak (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Jajka gotowane, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2347.89 kcal; Białko ogółem: 107.10 g; Tłuszcz: 74.25 g; nasycone kwasy tł.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; suma cukrów prostych: 72.57 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; Sód: 2401.27 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,	kapuśniak (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Jajka gotowane, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kisiel owocowy z maliną b/c,		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.39 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 74.34 g; nasycone kwasy tł.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 335.68 g; suma cukrów prostych: 74.04 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 36.74 g; Sód: 2401.87 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, sałata, mus agrestowo-jabłkowy, herbata z cytryną b/c,	cuśniowa lekka (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, pomidor bez skórki, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.19 kcal; Białko ogółem: 101.80 g; Tłuszcz: 67.38 g; nasycone kwasy tł.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 336.81 g; suma cukrów prostych: 82.09 g; Sól: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Sód: 1396.42 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, sałata, mus agrestowo-jabłkowy, herbata z cytryną b/c,	cuśniowa lekka (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna, szynka konserwowa, sałata, pomidor bez skórki, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kisiel owocowy z maliną b/c,		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.69 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 67.47 g; nasycone kwasy tł.: 25.82 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; suma cukrów prostych: 83.56 g; Sól: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.50 g; Sód: 1397.02 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,	kapuśniak cukrzyca (<i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Jajka gotowane, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kisiel owocowy z maliną b/c, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, kalarepa,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), sałata, ogórek zielony,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.14 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 71.28 g; nasycone kwasy tł.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 381.28 g; suma cukrów prostych: 56.20 g; Sól: 9.05 g; Błonnik pokarmowy: 68.74 g; Sód: 3345.35 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, szynka wiejska, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,	kapuśniak cukrzyca (<i>SEL</i>), Ryż brązowy z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna, Jajka gotowane, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kisiel owocowy z maliną b/c, chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata, kalarepa,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), hummus dodatek (<i>SEZ</i>), sałata, ogórek zielony,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2460.14 kcal; Białko ogółem: 102.14 g; Tłuszcz: 71.28 g; nasycone kwasy tł.: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 381.28 g; suma cukrów prostych: 56.20 g; Sól: 9.05 g; Błonnik pokarmowy: 68.74 g; Sód: 3345.35 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna, paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,	kapuśniak (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna, Jajka gotowane, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: kakaowy pudding owsiany (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2396.64 kcal; Białko ogółem: 97.88 g; Tłuszcz: 77.41 g; nasycone kwasy tł.: 26.76 g; Węglowodany ogółem: 342.84 g; suma cukrów prostych: 72.05 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.60 g; Sód: 1930.68 mg;

poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb bezglutenowy, margaryna, szynka wiejska, sałata, papryka świeża, herbata z cytryną b/c,	kapuśniak bezglutenowy (<i>SEL</i>), Ryż z jabłkiem, serem białym i polewą jogurtową pieczony (<i>MLE</i>), surówka z marchewki, kompot z truskawek b/c,	chleb bezglutenowy, margaryna, Jajka gotowane, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , hummus dodatek (SEZ), sałata , ogórek zielony ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.01 kcal; Białko ogółem: 89.63 g; Tłuszcz: 81.09 g; nasycone kwasy tł.: 20.30 g; Węglowodany ogółem: 260.86 g; suma cukrów prostych: 53.69 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sód: 1071.34 mg;		
poniedziałek 2026-10-05 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak (GLU, SOJ, SEL), Ryż z jabłkiem i jogurtem sojowym (SOJ), surówka z marchewki , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , ogórek zielony ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2343.05 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 71.00 g; nasycone kwasy tł.: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 353.43 g; suma cukrów prostych: 52.75 g; Sól: 7.81 g; Błonnik pokarmowy: 47.67 g; Sód: 2610.70 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), indyk pieczony w sosie musztardowym (GLU, MLE), makaron (GLU, MLE), kalafior got (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chalka (GLU, JAJ, MLE), margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.36 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 72.87 g; nasycone kwasy tł.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 313.83 g; suma cukrów prostych: 38.79 g; Sól: 7.07 g; Błonnik pokarmowy: 40.54 g; Sód: 2708.06 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), indyk pieczony w sosie musztardowym (GLU, MLE), makaron (GLU, MLE), kalafior got (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 100 % ,		Posiłek nocny: Chalka (GLU, JAJ, MLE), margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.76 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 73.53 g; nasycone kwasy tł.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 326.37 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Sól: 8.66 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Sód: 3344.96 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), Indyk pieczony , makaron (GLU, MLE), buraczki got (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chalka (GLU, JAJ, MLE), margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2219.04 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 80.09 g; nasycone kwasy tł.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 283.87 g; suma cukrów prostych: 47.95 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g; Sód: 1009.27 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), Indyk pieczony , makaron (GLU, MLE), buraczki got (GLU, MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 100 % ,		Posiłek nocny: Chalka (GLU, JAJ, MLE), margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.44 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 80.75 g; nasycone kwasy tł.: 26.49 g; Węglowodany ogółem: 296.41 g; suma cukrów prostych: 56.53 g; Sól: 7.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sód: 1646.17 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (MLE, SEL), Indyk pieczony , makaron razowy (GLU), kalafior got (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 100 % , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: serek wiejski (MLE), orzechy laskowe (ORZ),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.19 kcal; Białko ogółem: 133.90 g; Tłuszcz: 60.32 g; nasycone kwasy tł.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 321.13 g; suma cukrów prostych: 37.05 g; Sól: 11.91 g; Błonnik pokarmowy: 61.91 g; Sód: 4567.11 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (MLE, SEL), Indyk pieczony , makaron razowy (GLU), kalafior got (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Sok pomidorowy 100 % , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: serek wiejski (MLE), orzechy laskowe (ORZ),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2271.19 kcal; Białko ogółem: 133.90 g; Tłuszcz: 60.32 g; nasycone kwasy tł.: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 321.13 g; suma cukrów prostych: 37.05 g; Sól: 11.91 g; Błonnik pokarmowy: 61.91 g; Sód: 4567.11 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki owsiane na mleku (GLU, MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , ser żółty wegański , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), tofu (SOJ), makaron (GLU, MLE), kalafior got (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Chalka (GLU, JAJ, MLE), margaryna ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.66 kcal; Białko ogółem: 77.30 g; Tłuszcz: 81.20 g; nasycone kwasy tł.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 314.92 g; suma cukrów prostych: 34.78 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 41.92 g; Sód: 2036.30 mg;

wtorek 2026-10-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Indyk pieczony , makaron bezglutenowy , kalafior got (MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2128.44 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 57.82 g; nasycone kwasy tł.: 14.07 g; Węglowodany ogółem: 304.09 g; suma cukrów prostych: 24.44 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 48.26 g; Sód: 1709.52 mg;		
wtorek 2026-10-06	Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML	
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Indyk pieczony , makaron z wody (GLU), kalafior got z wody , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2125.89 kcal; Białko ogółem: 116.68 g; Tłuszcz: 43.49 g; nasycone kwasy tł.: 10.49 g; Węglowodany ogółem: 338.96 g; suma cukrów prostych: 28.63 g; Sól: 8.56 g; Błonnik pokarmowy: 49.86 g; Sód: 3185.87 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, SEL), kotlet mielony smażony (GLU), ziemniaki got , kapusta biała zasmażana (GLU), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2775.85 kcal; Białko ogółem: 136.66 g; Tłuszcz: 94.72 g; nasycone kwasy tł.: 28.43 g;
Węglowodany ogółem: 364.79 g; suma cukrów prostych: 73.46 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sód: 2477.83 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, SEL), kotlet mielony smażony (GLU), ziemniaki got , kapusta biała zasmażana (GLU), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2865.85 kcal; Białko ogółem: 143.11 g; Tłuszcz: 97.72 g; nasycone kwasy tł.: 30.22 g;
Węglowodany ogółem: 374.09 g; suma cukrów prostych: 79.76 g; Sól: 6.67 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sód: 2572.33 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , Smoothie szpinakowo-jabłkowe (MLE), herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa lekka (GLU, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , fasolka szparagowa dieta , kompot z jabłek b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie lekka (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269.69 kcal; Białko ogółem: 127.75 g; Tłuszcz: 65.33 g; nasycone kwasy tł.: 23.08 g;
Węglowodany ogółem: 304.81 g; suma cukrów prostych: 73.69 g; Sól: 4.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; Sód: 1346.78 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , Smoothie szpinakowo-jabłkowe (MLE), herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa lekka (GLU, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , cukinia duszona , kompot z jabłek b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , pietruska gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: jogurt naturalny (MLE),		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie lekka (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2356.15 kcal; Białko ogółem: 133.38 g; Tłuszcz: 68.43 g; nasycone kwasy tł.: 24.81 g;
Węglowodany ogółem: 313.49 g; suma cukrów prostych: 84.22 g; Sól: 5.08 g; Błonnik pokarmowy: 28.91 g; Sód: 1483.17 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzycowa (MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , fasolka szparagowa cukrzycowa , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), Miruna w galarecie cukrzyca (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2476.55 kcal; Białko ogółem: 138.62 g; Tłuszcz: 61.95 g; nasycone kwasy tł.: 19.49 g;
Węglowodany ogółem: 372.05 g; suma cukrów prostych: 58.84 g; Sól: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 61.34 g; Sód: 3242.36 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa cukrzycowa (MLE, SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , fasolka szparagowa cukrzycowa , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , rzodkiew biała ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), Miruna w galarecie cukrzyca (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2476.55 kcal; Białko ogółem: 138.62 g; Tłuszcz: 61.95 g; nasycone kwasy tł.: 19.49 g;
Węglowodany ogółem: 372.05 g; suma cukrów prostych: 58.84 g; Sól: 8.32 g; Błonnik pokarmowy: 61.34 g; Sód: 3242.36 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki ryżowe na mleku (MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa (GLU, SEL), Pierogi ruskie (GLU, MLE), kapusta biała zasmażana (GLU), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2923.50 kcal; Białko ogółem: 122.67 g; Tłuszcz: 88.67 g; nasycone kwasy tł.: 23.63 g;
Węglowodany ogółem: 429.62 g; suma cukrów prostych: 77.87 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; Sód: 1764.98 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Befszyk wieprzowy gotowany , ziemniaki got , fasolka szparagowa bezmleczna bezglutenowa , kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2333.76 kcal; Białko ogółem: 119.52 g; Tłuszcz: 93.56 g; nasycone kwasy tł.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 258.46 g; suma cukrów prostych: 61.80 g; Sól: 4.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.88 g; Sód: 1067.18 mg;

środa 2026-10-07 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), kotlet mielony smażony (GLU), ziemniaki got , kapusta biała zasmażana (GLU), kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), Miruna w galarecie (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2538.79 kcal; Białko ogółem: 125.26 g; Tłuszcz: 87.15 g; nasycone kwasy tł.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 332.99 g; suma cukrów prostych: 49.06 g; Sól: 7.36 g; Błonnik pokarmowy: 42.53 g; Sód: 2737.66 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU, SEL), Kurczak pieczony w sosie meksykańskim (GLU), kasza jęczmienna (GLU, MLE), mizeria (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2366.33 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 84.75 g; nasycone kwasy tł.: 23.16 g; Węglowodany ogółem: 316.59 g; suma cukrów prostych: 49.88 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 43.81 g; Sód: 2675.74 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU, SEL), Kurczak pieczony w sosie meksykańskim (GLU), kasza jęczmienna (GLU, MLE), mizeria (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 truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2489.33 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 88.15 g; nasycone kwasy tł.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 333.49 g; suma cukrów prostych: 57.18 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 45.61 g; Sód: 2771.24 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa lekka (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , kasza jęczmienna (GLU, MLE), szpinak got dieta (GLU, MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa lekka z jajkiem (SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2091.00 kcal; Białko ogółem: 102.41 g; Tłuszcz: 67.18 g; nasycone kwasy tł.: 24.57 g; Węglowodany ogółem: 279.06 g; suma cukrów prostych: 37.08 g; Sól: 5.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g; Sód: 1273.10 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , kasza jęczmienna (GLU, MLE), szpinak got dieta (GLU, 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 truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2189.93 kcal; Białko ogółem: 107.13 g; Tłuszcz: 68.70 g; nasycone kwasy tł.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; suma cukrów prostych: 42.25 g; Sól: 5.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g; Sód: 1347.54 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzycowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , kasza jęczmienna (GLU, MLE), mizeria z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.46 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 66.76 g; nasycone kwasy tł.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; suma cukrów prostych: 38.97 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 52.31 g; Sód: 2533.65 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzycowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , kasza jęczmienna (GLU, MLE), mizeria z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.46 kcal; Białko ogółem: 101.99 g; Tłuszcz: 66.76 g; nasycone kwasy tł.: 16.98 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; suma cukrów prostych: 38.97 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 52.31 g; Sód: 2533.65 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (GLU, SEL), kotlety sojowe (SOJ), kasza jęczmienna (GLU, MLE), mizeria (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2329.29 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 91.30 g; nasycone kwasy tł.: 22.71 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; suma cukrów prostych: 49.74 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 47.75 g; Sód: 2096.04 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , kasza jaglana (MLE), mizeria (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2126.73 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 89.16 g; nasycone kwasy tł.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 240.04 g; suma cukrów prostych: 42.80 g; Sól: 6.10 g; Błonnik pokarmowy: 37.81 g; Sód: 1582.35 mg;

czwartek 2026-10-08 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , kasza jęczmienna z wody (GLU), Szpinak gotowany b/ml b/gl , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2110.51 kcal; Białko ogółem: 103.39 g; Tłuszcz: 69.94 g; nasycone kwasy tł.: 13.27 g; Węglowodany ogółem: 283.21 g; suma cukrów prostych: 36.56 g; Sól: 6.55 g; Błonnik pokarmowy: 43.27 g; Sód: 2422.91 mg;