

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser topiony (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 czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: ryż brązowy z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2179.65 kcal; Białko ogółem: 105.11 g; Tłuszcz: 63.49 g; nasycone kwasy tł.: 22.68 g; Węglowodany ogółem: 316.12 g; suma cukrów prostych: 53.70 g; Sól: 6.62 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; Sód: 2647.84 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser topiony (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 czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi ,		Posiłek nocny: ryż brązowy z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2225.55 kcal; Białko ogółem: 105.80 g; Tłuszcz: 63.87 g; nasycone kwasy tł.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 326.76 g; suma cukrów prostych: 60.66 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 36.92 g; Sód: 2650.90 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , serek bieluch (MLE), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: ryż z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2057.01 kcal; Białko ogółem: 95.93 g; Tłuszcz: 64.11 g; nasycone kwasy tł.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 287.42 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; Sól: 3.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; Sód: 993.34 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , serek bieluch (MLE), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku lekka (GLU , SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka pieczona ,		Posiłek nocny: ryż z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148.01 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 64.47 g; nasycone kwasy tł.: 21.98 g; Węglowodany ogółem: 308.89 g; suma cukrów prostych: 64.31 g; Sól: 3.80 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; Sód: 995.16 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , serek bieluch (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 czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , kefir (MLE),	Podwieczorek: ryż brązowy z jabłkiem ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.58 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 62.66 g; nasycone kwasy tł.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 56.28 g; Sód: 3049.29 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , serek bieluch (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 czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , kefir (MLE),	Podwieczorek: ryż brązowy z jabłkiem ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , kalarepa ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.58 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 62.66 g; nasycone kwasy tł.: 19.65 g; Węglowodany ogółem: 354.35 g; suma cukrów prostych: 59.83 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 56.28 g; Sód: 3049.29 mg;

piątek 2026-08-28 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza manna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , ser topiony (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 czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: ryż brązowy z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.95 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 81.45 g; nasycone kwasy tł.: 25.95 g; Węglowodany ogółem: 316.63 g; suma cukrów prostych: 54.05 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; Sód: 2281.84 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , ser topiony (MLE), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,	zupa z soczewicy bezmleczna bezglutenowa (SEL), miruna pieczona z warzywami po grecku bezglutenowa (SEL), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: ryż brązowy z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2095.61 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 75.52 g; nasycone kwasy tł.: 19.16 g; Węglowodany ogółem: 264.37 g; suma cukrów prostych: 41.60 g; Sól: 6.77 g; Błonnik pokarmowy: 47.52 g; Sód: 1730.34 mg;

piątek 2026-08-28		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , ser żółty węgierski , 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 czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: ryż brązowy z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2101.69 kcal; Białko ogółem: 98.96 g; Tłuszcz: 57.47 g; nasycone kwasy tł.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; suma cukrów prostych: 44.22 g; Sól: 6.68 g; Błonnik pokarmowy: 36.90 g; Sód: 2071.85 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, pomidor, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pieczarkowa (GLU, SEL), Piersi z kurczaka duszone w sosie (GLU, MLE), kasza gryczana (MLE), surówka z młodej kapusty, kompot z rabarbaru b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, rzodkiewka, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: maślanka (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2264.65 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 81.69 g; nasycone kwasy tł.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 279.62 g; suma cukrów prostych: 53.52 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 42.53 g; Sód: 2588.82 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, pomidor, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pieczarkowa (GLU, SEL), Piersi z kurczaka duszone w sosie (GLU, MLE), kasza gryczana (MLE), surówka z młodej kapusty, kompot z rabarbaru b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, rzodkiewka, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: maślanka (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.65 kcal; Białko ogółem: 130.08 g; Tłuszcz: 85.09 g; nasycone kwasy tł.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 296.52 g; suma cukrów prostych: 60.82 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 44.33 g; Sód: 2684.32 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, pomidor bez skórki, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z makaronem lekką (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone, kasza bulgur (GLU, MLE), kabaczek gotowany, kompot z rabarbaru b/c,	bulka wrocławska (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: maślanka (MLE), mielone pestki słonecznika,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.11 kcal; Białko ogółem: 125.89 g; Tłuszcz: 79.43 g; nasycone kwasy tł.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 265.48 g; suma cukrów prostych: 48.48 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g; Sód: 1612.47 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, pomidor bez skórki, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pomidorowa z makaronem lekką (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone, kasza bulgur (GLU, MLE), kabaczek gotowany, kompot z rabarbaru b/c,	bulka wrocławska (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, pietruszka gotowana z wody, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),		Posiłek nocny: maślanka (MLE), mielone pestki słonecznika,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.11 kcal; Białko ogółem: 133.04 g; Tłuszcz: 82.83 g; nasycone kwasy tł.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 282.38 g; suma cukrów prostych: 55.78 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sód: 1707.97 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,	pieczarkowa cukrzycowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone, kasza gryczana (MLE), surówka z młodej kapusty, kompot z rabarbaru b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, rzodkiewka, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: maślanka (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata, ogórek zielony,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.39 kcal; Białko ogółem: 124.92 g; Tłuszcz: 83.17 g; nasycone kwasy tł.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 311.55 g; suma cukrów prostych: 51.66 g; Sól: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 59.16 g; Sód: 3082.85 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna, Żywiecka, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,	pieczarkowa cukrzycowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone, kasza gryczana (MLE), surówka z młodej kapusty, kompot z rabarbaru b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, Krakowska, sałata, rzodkiewka, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy (MLE),	Podwieczorek: maślanka (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata, ogórek zielony,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.39 kcal; Białko ogółem: 124.92 g; Tłuszcz: 83.17 g; nasycone kwasy tł.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 311.55 g; suma cukrów prostych: 51.66 g; Sól: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 59.16 g; Sód: 3082.85 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna, hummus (SEZ), sałata, pomidor, kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	pieczarkowa (GLU, SEL), tofu (SOJ), kasza gryczana (MLE), surówka z młodej kapusty, kompot z rabarbaru b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, Jajka w majonezie (JAJ), sałata, rzodkiewka, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: maślanka (MLE), otręby żytnie - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2322.11 kcal; Białko ogółem: 93.67 g; Tłuszcz: 99.88 g; nasycone kwasy tł.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 283.61 g; suma cukrów prostych: 53.07 g; Sól: 5.03 g; Błonnik pokarmowy: 47.34 g; Sód: 1699.66 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , kasza gryczana (<i>MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: maślanka (<i>MLE</i>), pestki słonecznika ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2058.60 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 91.51 g; nasycone kwasy tł.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 205.35 g; suma cukrów prostych: 38.60 g; Sól: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.54 g; Sód: 1507.20 mg;

sobota 2026-08-29 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	pieczarkowa bezglutenowa bezmleczna (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , kasza gryczana (<i>MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy naturalny (<i>SOJ</i>), otręby żytnie - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2018.21 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 74.93 g; nasycone kwasy tł.: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 245.45 g; suma cukrów prostych: 25.38 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 43.33 g; Sód: 2270.83 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , kakao z mlekiem b/c (MLE),	krupnik jęczmienny (GLU, SEL), Kotlet schabowy smażony (GLU), ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2160.83 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 71.91 g; nasycone kwasy tł.: 21.94 g;
Węglowodany ogółem: 284.65 g; suma cukrów prostych: 42.64 g; Sól: 4.70 g; Błonnik pokarmowy: 34.33 g; Sód: 1860.97 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , kakao z mlekiem b/c (MLE),	krupnik jęczmienny (GLU, SEL), Kotlet schabowy smażony (GLU), ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia ,		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.03 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 72.23 g; nasycone kwasy tł.: 21.97 g;
Węglowodany ogółem: 303.50 g; suma cukrów prostych: 54.83 g; Sól: 4.72 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; Sód: 1865.73 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , kakao z mlekiem b/c (MLE),	krupnik jęczmienny lekki (GLU, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z agrestu b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1991.89 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 63.16 g; nasycone kwasy tł.: 21.38 g;
Węglowodany ogółem: 256.64 g; suma cukrów prostych: 43.79 g; Sól: 4.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g; Sód: 897.53 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , kakao z mlekiem b/c (MLE),	krupnik jęczmienny lekki (GLU, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z agrestu b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , mus z porzeczeki czerwonej , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia pieczona ,		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2112.88 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 63.52 g; nasycone kwasy tł.: 21.45 g;
Węglowodany ogółem: 291.08 g; suma cukrów prostych: 60.30 g; Sól: 4.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.82 g; Sód: 898.21 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny cukrzyca (GLU, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.58 kcal; Białko ogółem: 121.12 g; Tłuszcz: 58.64 g; nasycone kwasy tł.: 18.75 g;
Węglowodany ogółem: 318.13 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 52.18 g; Sód: 2563.35 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny cukrzyca (GLU, SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia , jogurt naturalny (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , seler naciowy (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197.58 kcal; Białko ogółem: 121.12 g; Tłuszcz: 58.64 g; nasycone kwasy tł.: 18.75 g;
Węglowodany ogółem: 318.13 g; suma cukrów prostych: 41.13 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 52.18 g; Sód: 2563.35 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , kakao z mlekiem b/c (MLE),	krupnik jęczmienny (GLU, SEL), kotlety sojowe panierowane smażone (GLU, SOJ), ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2251.99 kcal; Białko ogółem: 99.84 g; Tłuszcz: 71.10 g; nasycone kwasy tł.: 19.46 g;
Węglowodany ogółem: 310.45 g; suma cukrów prostych: 48.40 g; Sól: 4.25 g; Błonnik pokarmowy: 44.79 g; Sód: 1397.34 mg;

niedziela 2026-08-30 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , twarożek z owocami (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jaglany bezmleczny bezglutenowy (SEL), Schab pieczony , ziemniaki got , kalafior got (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka konserwowa , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1759.20 kcal; Białko ogółem: 93.88 g; Tłuszcz: 64.55 g; nasycone kwasy tł.: 17.68 g;
Węglowodany ogółem: 201.71 g; suma cukrów prostych: 28.49 g; Sól: 3.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.08 g; Sód: 699.05 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-08-30		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , cukinia gotowana , herbata z cytryną b/c ,	krupnik jęczmienny bezmleczny (<i>GLU, SEL</i>), Kotlet schabowy smażony (<i>GLU</i>), ziemniaki got , kalafior got (<i>MLE</i>), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , szynka konserwowa , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1849.43 kcal; Białko ogółem: 87.96 g; Tłuszcz: 58.80 g; nasycone kwasy tł.: 14.27 g;
Węglowodany ogółem: 255.47 g; suma cukrów prostych: 16.81 g; Sól: 5.59 g; Błonnik pokarmowy: 34.81 g; Sód: 2215.83 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna, szynka wiejska, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02), Jajka sadzone na twardo, ziemniaki got., fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1988.61 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 70.39 g; nasycone kwasy tł.: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 265.86 g; suma cukrów prostych: 41.61 g; Sól: 6.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sód: 2447.95 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna, szynka wiejska, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały (GLU, SOJ, MLE, SEL, S02), Jajka sadzone na twardo, ziemniaki got., fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: śliwki,		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2092.24 kcal; Białko ogółem: 89.37 g; Tłuszcz: 71.03 g; nasycone kwasy tł.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 290.61 g; suma cukrów prostych: 60.22 g; Sól: 6.30 g; Błonnik pokarmowy: 35.28 g; Sód: 2452.18 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki ryżowe na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna, szynka wiejska, sałata, seler gotowany z wody (SEL), herbata z cytryną b/c,	barszcz biały lekki (GLU, MLE, SEL), Filet z pstrąga pieczony (RYB), ziemniaki got., fasolka szparagowa dieta, kompot z truskawek b/c,	bułka wrocławska (GLU), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor bez skórki, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1776.36 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 48.16 g; nasycone kwasy tł.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 257.75 g; suma cukrów prostych: 39.93 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g; Sód: 1253.40 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki ryżowe na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna, szynka wiejska, sałata, seler gotowany z wody (SEL), herbata z cytryną b/c,	barszcz biały lekki (GLU, MLE, SEL), Filet z pstrąga pieczony (RYB), ziemniaki got., pietruszka gotowana z ziołami, kompot z truskawek b/c,	bułka wrocławska (GLU), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor bez skórki, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c,		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1788.17 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 48.42 g; nasycone kwasy tł.: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 261.32 g; suma cukrów prostych: 42.29 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; Sód: 1293.41 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna, szynka wiejska, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały cukrzycowa (MLE, SEL, S02), Filet z pstrąga pieczony (RYB), ziemniaki got., fasolka szparagowa cukrzycowa, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: śliwki, serek wiejski (MLE),	Podwieczorek: Cukinia z jabłkiem,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata, papryka świeża,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.05 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 50.83 g; nasycone kwasy tł.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Sól: 8.83 g; Błonnik pokarmowy: 48.97 g; Sód: 3280.07 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna, szynka wiejska, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały cukrzycowa (MLE, SEL, S02), Filet z pstrąga pieczony (RYB), ziemniaki got., fasolka szparagowa cukrzycowa, kompot z truskawek b/c,	chleb razowy (GLU), margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
II Śniadanie: śliwki, serek wiejski (MLE),	Podwieczorek: Cukinia z jabłkiem,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata, papryka świeża,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1951.05 kcal; Białko ogółem: 102.05 g; Tłuszcz: 50.83 g; nasycone kwasy tł.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Sól: 8.83 g; Błonnik pokarmowy: 48.97 g; Sód: 3280.07 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna, pasta z tofu z miodem i cytryną (SOJ), sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	barszcz biały lekki (GLU, MLE, SEL), Jajka sadzone na twardo, ziemniaki got., fasolka szparagowa zielona (GLU, MLE), kompot z truskawek b/c,	chleb pszenny (GLU), margaryna, pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,
		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235.55 kcal; Białko ogółem: 69.39 g; Tłuszcz: 100.53 g; nasycone kwasy tł.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 277.35 g; suma cukrów prostych: 41.57 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 33.43 g; Sód: 1435.14 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki ryżowe na mleku (MLE), chleb bezglutenowy, margaryna, szynka wiejska, sałata, rzodkiew biała, herbata z cytryną b/c,	jarzynowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Jajka sadzone na twardo, ziemniaki got., fasolka szparagowa bezmleczna bezglutenowa, kompot z truskawek b/c,	chleb bezglutenowy, margaryna, polędwica drobiowa, sałata, pomidor, herbata z cytryną b/c,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem ,
--	--	-------------------------------------

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1846.65 kcal; Białko ogółem: 78.97 g; Tłuszcz: 76.82 g; nasycone kwasy tł.: 19.49 g; Węglowodany ogółem: 212.34 g; suma cukrów prostych: 39.54 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.77 g; Sód: 1317.36 mg;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki ryżowe na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	barszcz biały lekki bezmleczny (GLU, SEL), Jajka sadzone na twardo , ziemniaki got , fasolka szparagowa bezmleczna bezglutenowa , kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Cukinia z jabłkiem ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1857.28 kcal; Białko ogółem: 85.88 g; Tłuszcz: 61.69 g; nasycone kwasy tł.: 13.47 g; Węglowodany ogółem: 253.66 g; suma cukrów prostych: 33.44 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 33.04 g; Sód: 2148.05 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy duszony (GLU), makaron (GLU, MLE), surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2485.34 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 86.28 g; nasycone kwasy tł.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 342.70 g; suma cukrów prostych: 70.53 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.51 g; Sód: 2305.46 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy duszony (GLU), makaron (GLU, MLE), surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus agrestowo-jabłkowy ,		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2562.86 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 86.81 g; nasycone kwasy tł.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 361.79 g; suma cukrów prostych: 84.37 g; Sól: 6.49 g; Błonnik pokarmowy: 41.18 g; Sód: 2308.64 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy lekka duszony (GLU, MLE, SEL), makaron (GLU, MLE), sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z warzyw korzeniowych (SEL), sałata , ser biały dodatek (MLE), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2314.55 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 63.91 g; nasycone kwasy tł.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; suma cukrów prostych: 63.73 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g; Sód: 1371.02 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , kabaczek gotowany , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), gulasz wieprzowy lekka duszony (GLU, MLE, SEL), makaron (GLU, MLE), sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z warzyw korzeniowych (SEL), sałata , ser biały dodatek (MLE), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus agrestowo-jabłkowy ,		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2384.45 kcal; Białko ogółem: 99.89 g; Tłuszcz: 64.31 g; nasycone kwasy tł.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 363.59 g; suma cukrów prostych: 77.76 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 30.77 g; Sód: 1421.63 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (MLE, SEL), Szynka pieczona , makaron pełnoziarnisty (GLU, MLE), surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus agrestowo-jabłkowy , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , tarta marchewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2389.50 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 69.84 g; nasycone kwasy tł.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 59.02 g; Sód: 2644.03 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa cukrzykowa (MLE, SEL), Szynka pieczona , makaron pełnoziarnisty (GLU, MLE), surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus agrestowo-jabłkowy , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , tarta marchewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2389.50 kcal; Białko ogółem: 108.68 g; Tłuszcz: 69.84 g; nasycone kwasy tł.: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 59.02 g; Sód: 2644.03 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa (GLU, MLE, SEL), Tofu po hawajsku (GLU, SOJ), makaron (GLU, MLE), surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2650.18 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 102.31 g; nasycone kwasy tł.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 43.46 g; Sód: 1798.04 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Szynka pieczona , makaron bezglutenowy , surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

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

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2493.25 kcal; Białko ogółem: 97.12 g; Tłuszcz: 86.26 g; nasycone kwasy tł.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 336.74 g; suma cukrów prostych: 65.01 g; Sól: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 42.26 g; Sód: 1340.04 mg;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , Indyk wędzony , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa bezglutenowa bezmleczna (<i>SEL</i>), Szynka pieczona , makaron (<i>GLU, MLE</i>), sałata vinegrette , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z fasoli , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (<i>SOJ</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2134.03 kcal; Białko ogółem: 106.02 g; Tłuszcz: 61.19 g; nasycone kwasy tł.: 16.05 g; Węglowodany ogółem: 304.40 g; suma cukrów prostych: 48.53 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 36.88 g; Sód: 1957.80 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , morele , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), Miruna w galarecie (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2774.06 kcal; Białko ogółem: 130.86 g; Tłuszcz: 93.85 g; nasycone kwasy tł.: 26.88 g;
Węglowodany ogółem: 369.67 g; suma cukrów prostych: 50.53 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g; Sód: 2029.38 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele ,		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), Miruna w galarecie (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2774.06 kcal; Białko ogółem: 130.86 g; Tłuszcz: 93.85 g; nasycone kwasy tł.: 26.88 g;
Węglowodany ogółem: 369.67 g; suma cukrów prostych: 50.53 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.85 g; Sód: 2029.38 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , pomidor bez skórki , morele pieczone , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa lekka (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Indyk pieczony , ryż (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków , kompot z jabłek b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie lekka (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2276.51 kcal; Białko ogółem: 127.34 g; Tłuszcz: 65.99 g; nasycone kwasy tł.: 21.28 g;
Węglowodany ogółem: 304.87 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Sól: 3.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.83 g; Sód: 965.33 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza na parze , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	ziemniaczana (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Indyk pieczony , ryż (<i>MLE</i>), sałatka z buraczków , kompot z jabłek b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele pieczone ,		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie lekka (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2299.16 kcal; Białko ogółem: 126.12 g; Tłuszcz: 64.73 g; nasycone kwasy tł.: 20.83 g;
Węglowodany ogółem: 314.38 g; suma cukrów prostych: 59.73 g; Sól: 3.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Sód: 945.03 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzykowa (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Indyk pieczony , ryż brązowy (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , maślanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), Miruna w galarecie cukrzyca (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.14 kcal; Białko ogółem: 141.43 g; Tłuszcz: 65.24 g; nasycone kwasy tł.: 20.38 g;
Węglowodany ogółem: 353.79 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Sól: 7.93 g; Błonnik pokarmowy: 58.82 g; Sód: 3167.72 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa cukrzykowa (<i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Indyk pieczony , ryż brązowy (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: morele , maślanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), Miruna w galarecie cukrzyca (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.14 kcal; Białko ogółem: 141.43 g; Tłuszcz: 65.24 g; nasycone kwasy tł.: 20.38 g;
Węglowodany ogółem: 353.79 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Sól: 7.93 g; Błonnik pokarmowy: 58.82 g; Sód: 3167.72 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznicza ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , morele , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty wegański , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), Miruna w galarecie (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2569.76 kcal; Białko ogółem: 108.42 g; Tłuszcz: 81.24 g; nasycone kwasy tł.: 34.38 g;
Węglowodany ogółem: 365.78 g; suma cukrów prostych: 54.28 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.81 g; Sód: 1818.47 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

makaron bezglutenowy , chleb bezglutenowy , margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , morele , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), Indyk pieczony , ryż (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , Miruna w galarecie (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2473.35 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 71.20 g; nasycone kwasy tł.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 348.14 g; suma cukrów prostych: 32.28 g; Sól: 3.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.50 g; Sód: 503.07 mg;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , jajecznica ze szczypiorkiem bezmleczna , sałata , pomidor , morele , herbata z cytryną b/c ,	brokułowa bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), kotlet drobiowy smażony (<i>GLU</i>), ryż (<i>MLE</i>), sałatka wiosenna , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , schab pieczony wedlina , sałata , żurawina , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), Miruna w galarecie (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2658.10 kcal; Białko ogółem: 129.37 g; Tłuszcz: 85.88 g; nasycone kwasy tł.: 18.89 g; Węglowodany ogółem: 359.28 g; suma cukrów prostych: 42.89 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 35.72 g; Sód: 1892.02 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (GLU , SEL), Kapusta faszerowana z mięsem w sosie pomidorowym (GLU , MLE), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.88 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 69.95 g; nasycone kwasy tł.: 30.27 g; Węglowodany ogółem: 279.00 g; suma cukrów prostych: 50.87 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Sód: 2942.41 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (GLU , SEL), Kapusta faszerowana z mięsem w sosie pomidorowym (GLU , MLE), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.33 kcal; Białko ogółem: 103.30 g; Tłuszcz: 70.01 g; nasycone kwasy tł.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 286.43 g; suma cukrów prostych: 52.97 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.07 g; Sód: 2943.00 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , tarta marchewka , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa lekka (GLU , MLE , SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , szpinak got dieta (GLU , MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , cukinia duszona , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1981.39 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 60.34 g; nasycone kwasy tł.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 267.48 g; suma cukrów prostych: 40.81 g; Sól: 6.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g; Sód: 1521.64 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , tarta marchewka , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa lekka (GLU , MLE , SEL), pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany (GLU), ziemniaki got , szpinak got dieta (GLU , MLE), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , cukinia duszona , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2008.83 kcal; Białko ogółem: 100.68 g; Tłuszcz: 60.40 g; nasycone kwasy tł.: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 274.92 g; suma cukrów prostych: 42.91 g; Sól: 6.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.05 g; Sód: 1522.22 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzycowa (MLE , SEL), kapusta faszerowana z mięsem w pomidorach cukrzycowa (GLU), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c , ogórek zielony ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: jogurt naturalny pitny , siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2037.16 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 59.28 g; nasycone kwasy tł.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; suma cukrów prostych: 26.52 g; Sól: 9.38 g; Błonnik pokarmowy: 55.12 g; Sód: 3482.61 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa cukrzycowa (MLE , SEL), kapusta faszerowana z mięsem w pomidorach cukrzycowa (GLU), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , herbata z cytryną b/c , ogórek zielony ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z porzeczką b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: jogurt naturalny pitny , siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2037.16 kcal; Białko ogółem: 106.46 g; Tłuszcz: 59.28 g; nasycone kwasy tł.: 20.18 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; suma cukrów prostych: 26.52 g; Sól: 9.38 g; Błonnik pokarmowy: 55.12 g; Sód: 3482.61 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki owsiane na mleku (GLU , MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa (GLU , SEL), kapusta faszerowana jarska (GLU , MLE), ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , ser żółty (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2279.85 kcal; Białko ogółem: 94.15 g; Tłuszcz: 85.51 g; nasycone kwasy tł.: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 300.57 g; suma cukrów prostych: 45.97 g; Sól: 7.28 g; Błonnik pokarmowy: 36.06 g; Sód: 2635.49 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
ryż na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), kapusta faszerowana z mięsem w pomidorach bezglutenowa , ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty (MLE), sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: jogurt naturalny (<i>MLE</i>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1808.95 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 68.44 g; nasycone kwasy tł.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 203.41 g; suma cukrów prostych: 32.98 g; Sól: 7.09 g; Błonnik pokarmowy: 37.43 g; Sód: 1808.62 mg;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
ryż na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , słupki marchewki , herbata z cytryną b/c ,	ogórkowa bezglutenowa bezmleczna (<i>SEL</i>), kapusta faszerowana z mięsem w pomidorach bezglutenowa , ziemniaki got , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenney (<i>GLU</i>), margaryna , szynka wiejska , sałata , ogórek zielony , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1914.32 kcal; Białko ogółem: 103.18 g; Tłuszcz: 43.73 g; nasycone kwasy tł.: 11.14 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; suma cukrów prostych: 31.28 g; Sól: 8.85 g; Błonnik pokarmowy: 42.68 g; Sód: 3364.29 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza jęczmienna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka (GLU , SOJ , SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2641.56 kcal; Białko ogółem: 127.89 g; Tłuszcz: 96.18 g; nasycone kwasy tł.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 338.14 g; suma cukrów prostych: 42.68 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 40.75 g; Sód: 2727.57 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza jęczmienna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka (GLU , SOJ , SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka ,		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2732.56 kcal; Białko ogółem: 129.52 g; Tłuszcz: 96.55 g; nasycone kwasy tł.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 359.61 g; suma cukrów prostych: 59.06 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 42.93 g; Sód: 2729.39 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza jęczmienna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa lekka (GLU , SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , fasolka szparagowa żółta dieta , kompot z rabarbaru b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1879.48 kcal; Białko ogółem: 108.24 g; Tłuszcz: 59.17 g; nasycone kwasy tł.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 241.81 g; suma cukrów prostych: 37.05 g; Sól: 4.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g; Sód: 1350.53 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza jęczmienna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg (MLE), sałata , dynia gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	jarzynowa lekka (GLU , SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , cukinia duszona , kompot z rabarbaru b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka pieczona ,		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937.75 kcal; Białko ogółem: 107.83 g; Tłuszcz: 59.33 g; nasycone kwasy tł.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 255.95 g; suma cukrów prostych: 54.33 g; Sól: 4.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; Sód: 1348.23 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , kefir (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , papryka świeża ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2575.14 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 81.50 g; nasycone kwasy tł.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 368.52 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Sól: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 63.90 g; Sód: 3065.48 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: nektarynka , kefir (MLE),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (GLU), hummus dodatek (SEZ), sałata , papryka świeża ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2575.14 kcal; Białko ogółem: 123.76 g; Tłuszcz: 81.50 g; nasycone kwasy tł.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 368.52 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Sól: 8.16 g; Błonnik pokarmowy: 63.90 g; Sód: 3065.48 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza jęczmienna na mleku (GLU , MLE), kajzerka (GLU), margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka cukrzyca (SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), ser żółty wegański , sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2637.41 kcal; Białko ogółem: 109.02 g; Tłuszcz: 108.00 g; nasycone kwasy tł.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 328.54 g; suma cukrów prostych: 41.72 g; Sól: 5.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sód: 1813.88 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , twaróg z czosnkiem i ziołami (MLE), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka bezglutenowa (MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2101.74 kcal; Białko ogółem: 111.44 g; Tłuszcz: 84.41 g; nasycone kwasy tł.: 20.95 g; Węglowodany ogółem: 230.11 g; suma cukrów prostych: 32.79 g; Sól: 4.99 g; Błonnik pokarmowy: 43.39 g; Sód: 1019.46 mg;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,	grochówka bezmleczna (SEL), filet z miruny panierowany smażony (GLU), ziemniaki got , surówka z czerwonej kapusty (JAJ), kompot z rabarbaru b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , Żywiecka , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2552.27 kcal; Białko ogółem: 120.45 g; Tłuszcz: 95.20 g; nasycone kwasy tł.: 18.63 g; Węglowodany ogółem: 324.09 g; suma cukrów prostych: 32.09 g; Sól: 7.31 g; Błonnik pokarmowy: 41.28 g; Sód: 2804.09 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony (GLU, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata ze śmietaną (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenney (GLU), margaryna , szynka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2273.21 kcal; Białko ogółem: 114.13 g; Tłuszcz: 87.36 g; nasycone kwasy tł.: 35.02 g; Węglowodany ogółem: 269.86 g; suma cukrów prostych: 70.66 g; Sól: 7.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g; Sód: 2873.80 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony (GLU, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata ze śmietaną (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenney (GLU), margaryna , szynka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.68 kcal; Białko ogółem: 121.84 g; Tłuszcz: 90.55 g; nasycone kwasy tł.: 36.84 g; Węglowodany ogółem: 293.61 g; suma cukrów prostych: 83.95 g; Sól: 7.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.04 g; Sód: 2970.24 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kabaczek gotowany , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2184.68 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 73.52 g; nasycone kwasy tł.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 268.32 g; suma cukrów prostych: 72.62 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 19.62 g; Sód: 1240.46 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , kabaczek gotowany , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony lekki (GLU, MLE, SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	bulka wrocławska (GLU), margaryna , szynka , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.15 kcal; Białko ogółem: 125.32 g; Tłuszcz: 76.72 g; nasycone kwasy tł.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 292.07 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Sól: 5.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Sód: 1336.90 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka cukrzycowa (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , rzodkiewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296.84 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 75.86 g; nasycone kwasy tł.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 308.47 g; suma cukrów prostych: 54.73 g; Sól: 8.87 g; Błonnik pokarmowy: 48.50 g; Sód: 3333.74 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	ryżanka cukrzycowa (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata z jogurtem (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: koktajl z czarnej porzeczki (MLE),	Podwieczorek: budyń b/c (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasztet sojowy dodatek (SOJ, GOR), sałata , rzodkiewka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296.84 kcal; Białko ogółem: 118.29 g; Tłuszcz: 75.86 g; nasycone kwasy tł.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 308.47 g; suma cukrów prostych: 54.73 g; Sól: 8.87 g; Błonnik pokarmowy: 48.50 g; Sód: 3333.74 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (GLU), margaryna , paprykarz (SOJ), sałata , ogórek kiszony , kawa zbozowa z mlekiem b/c (GLU, MLE),	barszcz czerwony (GLU, SEL), tofu (SOJ), ziemniaki got , sałata ze śmietaną (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenney (GLU), margaryna , ser biały (MLE), sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2123.61 kcal; Białko ogółem: 84.96 g; Tłuszcz: 75.36 g; nasycone kwasy tł.: 30.35 g; Węglowodany ogółem: 290.84 g; suma cukrów prostych: 73.67 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g; Sód: 2085.61 mg;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (SEL), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata ze śmietaną (MLE), kompot z wiśni b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c (MLE), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1992.91 kcal; Białko ogółem: 97.23 g; Tłuszcz: 87.35 g; nasycone kwasy tł.: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 203.45 g; suma cukrów prostych: 56.01 g; Sól: 6.64 g; Błonnik pokarmowy: 29.57 g; Sód: 1798.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-09-05		Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica sopocka , sałata , ogórek kiszony , herbata z cytryną b/c ,	barszcz czerwony bezglutenowy bezmleczny (<i>SEL</i>), Udzik pieczony , ziemniaki got , sałata vinegrette , kompot z wiśni b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , szynka , sałata , kalarepa , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: budyń b/c na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), syrop malinowy ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1897.13 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 62.88 g; nasycone kwasy tł.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 240.16 g; suma cukrów prostych: 50.87 g; Sól: 6.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; Sód: 2639.92 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , gruszka , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zacierkowa z boczkiem (<i>GLU, SEL</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), mizeria (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.10 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 57.34 g; nasycone kwasy tł.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; suma cukrów prostych: 76.18 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g; Sód: 1776.50 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zacierkowa z boczkiem (<i>GLU, SEL</i>), Schab pieczony w sosie (<i>GLU</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), mizeria (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka ,		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2378.10 kcal; Białko ogółem: 134.20 g; Tłuszcz: 57.34 g; nasycone kwasy tł.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 339.79 g; suma cukrów prostych: 76.18 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 35.70 g; Sód: 1776.50 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>), sałata , pomidor bez skórki , Gruszka pieczona , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zacierkowa z masłem (<i>GLU, SEL</i>), Schab pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), pietruszka gotowana z wody , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , seler gotowany z wody (<i>SEL</i>), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.33 kcal; Białko ogółem: 132.71 g; Tłuszcz: 66.49 g; nasycone kwasy tł.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 326.67 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Sól: 4.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; Sód: 909.46 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>), sałata , pomidor bez skórki , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zacierkowa z masłem (<i>GLU, SEL</i>), Schab pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), pietruszka gotowana z wody , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , seler gotowany z wody (<i>SEL</i>), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: Gruszka pieczona ,		Posiłek nocny: Galaretką owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.33 kcal; Białko ogółem: 132.71 g; Tłuszcz: 66.49 g; nasycone kwasy tł.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 326.67 g; suma cukrów prostych: 74.55 g; Sól: 4.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.08 g; Sód: 909.46 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzykowa (<i>SEL</i>), Schab pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), mizeria z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka , orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),	Podwieczorek: serek sojowy naturalny (<i>SOJ</i>), otręby żytnie - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , seler naciowy (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.81 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 75.16 g; nasycone kwasy tł.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 321.26 g; suma cukrów prostych: 47.41 g; Sól: 8.42 g; Błonnik pokarmowy: 57.56 g; Sód: 3159.77 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , serek wiejski (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa cukrzykowa (<i>SEL</i>), Schab pieczony , kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), mizeria z jogurtem (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: gruszka , orzechy laskowe (<i>ORZ</i>),	Podwieczorek: serek sojowy naturalny (<i>SOJ</i>), otręby żytnie - dodatek (<i>GLU</i>),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , seler naciowy (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.81 kcal; Białko ogółem: 131.00 g; Tłuszcz: 75.16 g; nasycone kwasy tł.: 20.82 g; Węglowodany ogółem: 321.26 g; suma cukrów prostych: 47.41 g; Sól: 8.42 g; Błonnik pokarmowy: 57.56 g; Sód: 3159.77 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , serek homogenizowany waniliowy (<i>MLE</i>), sałata , pomidor , gruszka , kakao z mlekiem b/c (<i>MLE</i>),	zacierkowa z masłem (<i>GLU, SEL</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), kasza bulgur (<i>GLU, MLE</i>), mizeria (<i>MLE</i>), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , hummus (<i>SEZ</i>), sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), ser żółty light (<i>MLE</i>), sałata , seler naciowy (<i>SEL</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2500.15 kcal; Białko ogółem: 116.28 g; Tłuszcz: 68.57 g; nasycone kwasy tł.: 23.39 g; Węglowodany ogółem: 365.98 g; suma cukrów prostych: 81.99 g; Sól: 5.73 g; Błonnik pokarmowy: 50.92 g; Sód: 1799.45 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

chleb bezglutenowy , margaryna , serek homogenizowany waniliowy (MLE), sałata , pomidor , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Schab pieczony , kasza jaglana (MLE), mizeria (MLE), kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127.30 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 69.73 g; nasycone kwasy tł.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 263.78 g; suma cukrów prostych: 60.46 g; Sól: 3.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.96 g; Sód: 704.00 mg;

niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
chleb żytni (GLU), margaryna , Jajka gotowane , sałata , pomidor , gruszka , herbata z cytryną b/c ,	koperkowa bezglutenowa bezmleczna (SEL), Schab pieczony , kasza bulgur (GLU, MLE), pietruszka gotowana z ziołami , kompot z czerwonej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , polędwica drobiowa , sałata , papryka świeża , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Galaretka owocowa , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059.18 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 58.78 g; nasycone kwasy tł.: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 288.80 g; suma cukrów prostych: 39.65 g; Sól: 4.68 g; Błonnik pokarmowy: 38.00 g; Sód: 1779.96 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak (GLU, SOJ, SEL), Krokiety ze szpinakiem (GLU, MLE), surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek konserwowy (GOR), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: brokuły z jogurtem dodatek (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2292.48 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 80.37 g; nasycone kwasy tł.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 298.76 g; suma cukrów prostych: 50.95 g; Sól: 8.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.73 g; Sód: 3395.90 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak (GLU, SOJ, SEL), Krokiety ze szpinakiem (GLU, MLE), surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek konserwowy (GOR), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z mallin ,		Posiłek nocny: brokuły z jogurtem dodatek (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.08 kcal; Białko ogółem: 113.09 g; Tłuszcz: 80.73 g; nasycone kwasy tł.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 313.16 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Sól: 8.80 g; Błonnik pokarmowy: 43.77 g; Sód: 3398.30 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , Smoothie szpinakowo-jabłkowe (MLE), herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem lekka (MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: brokuły z jogurtem dodatek (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2052.14 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 64.68 g; nasycone kwasy tł.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 270.03 g; suma cukrów prostych: 59.72 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g; Sód: 1859.64 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , Smoothie szpinakowo-jabłkowe (MLE), herbata z cytryną b/c ,	pomidorowa z ryżem lekka (MLE, SEL), filet z miruny pieczony , ziemniaki got , surówka z marchewki z jabłkiem , kompot z truskawek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , buraczki got z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z mallin ,		Posiłek nocny: jogurt naturalny (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2141.42 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 66.90 g; nasycone kwasy tł.: 21.81 g; Węglowodany ogółem: 286.48 g; suma cukrów prostych: 68.16 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g; Sód: 1928.01 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak cukrzyca (SEL), Filet z morskiczka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek konserwowy (GOR), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z mallin , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: brokuły z jogurtem dodatek (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1877.91 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 52.94 g; nasycone kwasy tł.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 291.08 g; suma cukrów prostych: 36.61 g; Sól: 8.73 g; Błonnik pokarmowy: 58.05 g; Sód: 3229.35 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak cukrzyca (SEL), Filet z morskiczka pieczony (RYB), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek konserwowy (GOR), herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: mus z mallin , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Podwieczorek: brokuły z jogurtem dodatek (MLE),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), paprykarz dodatek (SOJ), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1877.91 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 52.94 g; nasycone kwasy tł.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 291.08 g; suma cukrów prostych: 36.61 g; Sól: 8.73 g; Błonnik pokarmowy: 58.05 g; Sód: 3229.35 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , pasta z tofu (SOJ), sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak (GLU, SOJ, SEL), Krokiety ze szpinakiem (GLU, MLE), surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasztet sojowy (SOJ, GOR), sałata , ogórek konserwowy (GOR), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: brokuły z jogurtem dodatek (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.47 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 98.66 g; nasycone kwasy tł.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; suma cukrów prostych: 51.30 g; Sól: 7.74 g; Błonnik pokarmowy: 37.56 g; Sód: 2405.66 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
płatki kukurydziane na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak bezglutenowy (SEL), filet z miruny pieczony , surówka z warzyw mieszanych (SEL), kompot z truskawek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek konserwowy (GOR), herbata z cytryną b/c ,

Jadłospisy dla oddziałów

		Posiłek nocny: brokuły z jogurtem dodatek (<i>MLE</i>),
--	--	---

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1575.62 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 65.95 g; nasycone kwasy tł.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 163.09 g; suma cukrów prostych: 38.26 g; Sól: 7.47 g; Błonnik pokarmowy: 32.67 g; Sód: 2131.01 mg;

poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
płatki kukurydziane na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , Krakowska , sałata , rzodkiew biała , herbata z cytryną b/c ,	kapuśniak (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i> , <i>SEL</i>), Filet z morszczuka pieczony (<i>RYB</i>), ziemniaki got , surówka z warzyw mieszanych (<i>SEL</i>), kompot z truskawek b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , szynka konserwowa , sałata , ogórek konserwowy (<i>GOR</i>), herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), paprykarz dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , papryka świeża ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2075.27 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 58.33 g; nasycone kwasy tł.: 13.15 g; Węglowodany ogółem: 310.74 g; suma cukrów prostych: 36.65 g; Sól: 10.03 g; Błonnik pokarmowy: 42.89 g; Sód: 3705.19 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, SEL), kurczak w sosie musztardowym (GLU, MLE), makaron (GLU, MLE), sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2445.70 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 94.47 g; nasycone kwasy tł.: 27.01 g; Węglowodany ogółem: 299.64 g; suma cukrów prostych: 44.41 g; Sól: 5.71 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; Sód: 2219.74 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, SEL), kurczak w sosie musztardowym (GLU, MLE), makaron (GLU, MLE), sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi ,		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2491.60 kcal; Białko ogółem: 112.38 g; Tłuszcz: 94.85 g; nasycone kwasy tł.: 27.10 g; Węglowodany ogółem: 310.27 g; suma cukrów prostych: 51.37 g; Sól: 5.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g; Sód: 2222.80 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , kalarepa gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , makaron (GLU, MLE), kabaczek gotowany , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z białek jaj lekka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.45 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 67.78 g; nasycone kwasy tł.: 23.28 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; suma cukrów prostych: 39.45 g; Sól: 5.00 g; Błonnik pokarmowy: 18.75 g; Sód: 1066.11 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
ryż na mleku (MLE), bułka wrocławska (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,	szpinakowa lekka (GLU, MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , makaron (GLU, MLE), kabaczek gotowany , kompot z jabłek b/c ,	bułka wrocławska (GLU), margaryna , pasta z białek jaj lekka , sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: brzoskwinia pieczona ,		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2240.24 kcal; Białko ogółem: 117.06 g; Tłuszcz: 68.36 g; nasycone kwasy tł.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 297.22 g; suma cukrów prostych: 54.58 g; Sól: 5.13 g; Błonnik pokarmowy: 24.26 g; Sód: 1115.87 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzykowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , makaron razowy (GLU), sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z jaj cukrzykowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , serek bieluch (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.91 kcal; Białko ogółem: 121.30 g; Tłuszcz: 65.75 g; nasycone kwasy tł.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; suma cukrów prostych: 34.93 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 48.57 g; Sód: 2630.44 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (GLU), margaryna , szynka wiejska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa cukrzykowa (MLE, SEL), Piersi z kurczaka pieczone , makaron razowy (GLU), sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb razowy (GLU), margaryna , pasta z jaj cukrzykowa , sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kiwi , serek bieluch (MLE),	Podwieczorek: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), szynka z piersi kurczaka dodatek (SOJ), sałata , ogórek zielony ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2177.91 kcal; Białko ogółem: 121.30 g; Tłuszcz: 65.75 g; nasycone kwasy tł.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; suma cukrów prostych: 34.93 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 48.57 g; Sód: 2630.44 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
ryż na mleku (MLE), chleb żytni (GLU), margaryna , hummus (SEZ), sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa (GLU, SEL), tofu (SOJ), makaron (GLU, MLE), sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.33 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 105.43 g; nasycone kwasy tł.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 297.21 g; suma cukrów prostych: 40.40 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 35.97 g; Sód: 1535.98 mg;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		
ryż na mleku (MLE), chleb bezglutenowy , margaryna , szynka wiejska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,	kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Piersi z kurczaka pieczone , makaron bezglutenowy , sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , pasta z jaj (JAJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb kukurydziany chrupki ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.35 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 93.42 g; nasycone kwasy tł.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; suma cukrów prostych: 37.98 g; Sól: 4.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; Sód: 1118.96 mg;

wtorek 2026-09-08			Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
ryż na mleku sojowym (<i>SOJ</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynka wiejska , sałata , słupki kalarepy , herbata z cytryną b/c ,		kalafiorowa bezmleczna bezglutenowa (<i>SEL</i>), Piersi z kurczaka pieczone , makaron (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), sałata lodowa vinegrette , kompot z jabłek b/c ,		chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , pasta z jaj (<i>JAJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	
				Posiłek nocny: Kisiel b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2236.87 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 82.47 g; nasycone kwasy tł.: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 276.04 g; suma cukrów prostych: 33.56 g; Sól: 5.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g; Sód: 1956.95 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty light (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa (<i>GLU, SEL</i>), fasolka po bretońsku (<i>GLU, SOJ</i>), ziemniaki got , marchewka mini (<i>MLE</i>), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2572.24 kcal; Białko ogółem: 134.43 g; Tłuszcz: 73.97 g; nasycone kwasy tł.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 366.66 g; suma cukrów prostych: 52.37 g; Sól: 9.10 g; Błonnik pokarmowy: 50.20 g; Sód: 3269.40 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty light (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa (<i>GLU, SEL</i>), fasolka po bretońsku (<i>GLU, SOJ</i>), ziemniaki got , marchewka mini (<i>MLE</i>), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: maślanka (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2694.34 kcal; Białko ogółem: 145.65 g; Tłuszcz: 75.62 g; nasycone kwasy tł.: 25.96 g; Węglowodany ogółem: 382.17 g; suma cukrów prostych: 67.88 g; Sól: 9.60 g; Błonnik pokarmowy: 50.20 g; Sód: 3467.40 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , ser białe (<i>MLE</i>), sałata , mus z jabłek , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , marchewka mini (<i>MLE</i>), kompot z agrestu b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pietruszka 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: 2008.84 kcal; Białko ogółem: 117.52 g; Tłuszcz: 59.26 g; nasycone kwasy tł.: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 263.79 g; suma cukrów prostych: 54.34 g; Sól: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g; Sód: 1467.64 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , ser biały (<i>MLE</i>), sałata , mus z jabłek , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , marchewka mini (<i>MLE</i>), kompot z agrestu b/c ,	bulka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , pietruszka gotowana z wody , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: maślanka (<i>MLE</i>),		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.94 kcal; Białko ogółem: 128.74 g; Tłuszcz: 60.91 g; nasycone kwasy tł.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 279.30 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Sól: 4.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g; Sód: 1665.64 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser biały (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	ziemniaczana (<i>GLU, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z agrestu b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: maślanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.39 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; Tłuszcz: 52.90 g; nasycone kwasy tł.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 360.85 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Sól: 9.24 g; Błonnik pokarmowy: 55.39 g; Sód: 3691.71 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciążowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , ser biały (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	ziemniaczana (<i>GLU, SEL</i>), Szynka pieczona , ziemniaki got , surówka z marchewki , kompot z agrestu b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , szynka drobiowa (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: maślanka (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , ogórek kiszony ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.39 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; Tłuszcz: 52.90 g; nasycone kwasy tł.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 360.85 g; suma cukrów prostych: 56.09 g; Sól: 9.24 g; Błonnik pokarmowy: 55.39 g; Sód: 3691.71 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
kasza kuskus na mleku (<i>GLU, MLE</i>), kajzerka (<i>GLU</i>), margaryna , ser żółty light (<i>MLE</i>), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa (<i>GLU, SEL</i>), fasolka po bretońsku wege (<i>GLU</i>), ziemniaki got , marchewka mini (<i>MLE</i>), kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , paprykarz (<i>SOJ</i>), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), pasta z pieczonego morskczuka (<i>RYB, MLE</i>), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2357.97 kcal; Białko ogółem: 103.88 g; Tłuszcz: 57.65 g; nasycone kwasy tł.: 19.90 g; Węglowodany ogółem: 379.88 g; suma cukrów prostych: 52.16 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 50.97 g; Sód: 1778.80 mg;

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

Jadłospisy dla oddziałów

kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , ser żółty light (MLE), sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Szynka pieczona , ziemniaki got , marchewka mini (MLE), kompot z agrestu b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb kukurydziany chrupki , pasta z pieczonego morszczuka (RYB, MLE), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1856.92 kcal; Białko ogółem: 111.37 g; Tłuszcz: 61.64 g; nasycone kwasy tł.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 217.31 g; suma cukrów prostych: 35.27 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; Sód: 951.17 mg;

środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
kasza jaglana na mleku sojowym (SOJ), kajzerka (GLU), margaryna , szynka , sałata , śliwki , herbata z cytryną b/c ,	dyniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), fasolka po bretońsku (GLU, SOJ), ziemniaki got , marchewka mini bezmleczna , kompot z agrestu b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , szynka drobiowa (SOJ), sałata , rzodkiewka , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (GLU), pasta z pieczonym morszczukiem bezmleczna (RYB), sałata ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2414.76 kcal; Białko ogółem: 122.03 g; Tłuszcz: 67.37 g; nasycone kwasy tł.: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 354.02 g; suma cukrów prostych: 44.34 g; Sól: 8.92 g; Błonnik pokarmowy: 51.35 g; Sód: 3595.74 mg;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Kliniczny im. ks. Anny Mazowieckiej		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa D01		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa (<i>GLU, SEL</i>), Indyk pieczony po hawajsku (<i>GLU</i>), kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru , siemię lniane ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2384.22 kcal; Białko ogółem: 104.91 g; Tłuszcz: 87.69 g; nasycone kwasy tł.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 316.47 g; suma cukrów prostych: 63.89 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 45.05 g; Sód: 2410.94 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla ciężarnych i karmiących C01		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa (<i>GLU, SEL</i>), Indyk pieczony po hawajsku (<i>GLU</i>), kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru , siemię lniane ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2406.72 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 87.81 g; nasycone kwasy tł.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 321.85 g; suma cukrów prostych: 64.19 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 45.59 g; Sód: 2411.24 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna D02		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), szpinak got dieta (<i>GLU, MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa lekka z jajkiem (<i>SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru , siemię lniane mielone ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2144.57 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 72.24 g; nasycone kwasy tł.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 279.91 g; suma cukrów prostych: 40.67 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.49 g; Sód: 1107.33 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla ciężarnych i karmiących C02		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor bez skórki , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa lekka (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), szpinak got dieta (<i>GLU, MLE</i>), kompot z czarnej porzeczki b/c ,	bułka wrocławska (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa lekka z jajkiem (<i>SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c ,		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru , siemię lniane mielone ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2167.07 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 72.36 g; nasycone kwasy tł.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 285.29 g; suma cukrów prostych: 40.97 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sód: 1107.63 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Z ogranicz. węglow. łatwoprzysw. D03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzycowa (<i>MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.22 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 65.78 g; nasycone kwasy tł.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 323.60 g; suma cukrów prostych: 45.84 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 60.79 g; Sód: 2982.47 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Z ogranicz.węglow. łatwoprzysw. ciężowa C03		
chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , szynkowa (<i>SOJ</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa cukrzycowa (<i>MLE, SEL</i>), Indyk pieczony , kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb razowy (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa cukrzycowa z jajkiem , sałata , herbata z cytryną b/c ,
II Śniadanie: kisiel owocowy z truskawkami b/c , chleb chrupki - dodatek (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: jogurt naturalny (<i>MLE</i>), siemię lniane ,	Posiłek nocny: chleb razowy - dodatek (<i>GLU</i>), szynka z piersi kurczaka dodatek (<i>SOJ</i>), sałata , kalarepa ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.22 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 65.78 g; nasycone kwasy tł.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 323.60 g; suma cukrów prostych: 45.84 g; Sól: 7.64 g; Błonnik pokarmowy: 60.79 g; Sód: 2982.47 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Wegetariańska D01/WE		
makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>), chleb żytni (<i>GLU</i>), margaryna , pasztet sojowy (<i>SOJ, GOR</i>), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa (<i>GLU, SEL</i>), kotlety sojowe (<i>SOJ</i>), kasza jęczmienna (<i>GLU, MLE</i>), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (<i>GLU</i>), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (<i>JAJ, SEL</i>), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru , siemię lniane ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2433.96 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 98.94 g; nasycone kwasy tł.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 316.18 g; suma cukrów prostych: 61.88 g; Sól: 5.41 g; Błonnik pokarmowy: 52.12 g; Sód: 1826.99 mg;		
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa D01/GL		

Jadłospisy dla oddziałów

makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb bezglutenowy , margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Indyk pieczony , kasza gryczana (MLE), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb bezglutenowy , margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy bez cukru , siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2211.18 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 94.71 g; nasycone kwasy tł.: 17.73 g; Węglowodany ogółem: 247.55 g; suma cukrów prostych: 48.89 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 50.80 g; Sód: 1315.66 mg;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Bezmleczna D01/ML		
makaron bezglutenowy na mleku sojowym (SOJ), chleb żytni (GLU), margaryna , szynkowa (SOJ), sałata , pomidor , herbata z cytryną b/c ,	cukiniowa bezmleczna bezglutenowa (SEL), Indyk pieczony , kasza jęczmienna (GLU, MLE), surówka z młodej kapusty , kompot z czarnej porzeczki b/c ,	chleb pszenny (GLU), margaryna , sałatka jarzynowa z jajkiem (JAJ, SEL), sałata , herbata z cytryną b/c ,
		Posiłek nocny: serek sojowy naturalny (SOJ), siemię lniane ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.69 kcal; Białko ogółem: 107.28 g; Tłuszcz: 85.37 g; nasycone kwasy tł.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 292.07 g; suma cukrów prostych: 45.38 g; Sól: 6.39 g; Błonnik pokarmowy: 48.26 g; Sód: 2227.69 mg;

Dietetyk

.....