JADŁOSPIS OD 19.10.2026 r. DO 25.10.2026 r. DIETA PODSTAWOWA I DIETA LEKKOSTRAWNA, W TYM DIETA KOBIET CIĘŻARNYCH I KARMIĄCYCH PIERSIĄ

Wartości odżywcze żywności oraz skład poszczególnych posiłków do wglądu na stronie internetowej szpitala. Waga produktu podana przed przetworzeniem. Ze względu na ruch chorych dopuszcza się zmiany w menu.

	Poniedziałek 19.10.2026 r.	Wtorek 20.10.2026 r.	Środa 21.10.2026 r.	Czwartek 22.10.2026 r.	Piątek 23.10.2026 r.	Sobota 24.10.2026 r.	Niedziela 25.10.2026 r.
Śniadanie Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Papryka konserwowa 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Pasta z jaj 90 g, majonezu 15 g i szczypiorku [3,10]; Pomidor 50 g; Sałata 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Ogórek zielony 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Rogal maślany 100 g [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 30 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Pomidor 50 g; Dżem niskosłodzony 25 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i papryką 20 g [3,7]; Ogórek zielony 50 g; Keczup 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Rzodkiewki 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor 50 g
Śniadanie Lekkostrawna	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Pasta z jaj 90 g, jogurtu 20 g i koperku [3,7]; Pomidor b/s 50 g; Sałata 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Rogal maślany 100 g [1,7]; Chleb pszenny 30 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Dżem niskosłodzony 25 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i marchewką 20 g [3,7]; Pomidor b/s 50 g; Dip jogurt-koper 30 g [7]	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6,10]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor b/s 50 g
Obiad Postawowa	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1]; Sos pieczeniowy z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z ciecierzycą 20 g, pieczoną marchwią 100 g, burakiem 30 g, natką i olejem [10]; Śliwki 100 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa jarzynowa 7-składnikowa 130 g z ziemniakami 50 g [6,7,9]; Klops z dorsza smażony 100 g [1,3]; Sos pieczarkowy 100 g z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Surówka z ogórków kwaszonych 100 g, cebuli 10 g, natki, słonecznika 10 g i oleju; Jabłko 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczeń z karkówki 100 g z czosnkiem [1]; Sos pieczeniowy z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z białą fasolą 30 g, pieczoną pietruszką 100 g, jabłkiem 20 g, porem 10 g, natką i olejem [10]; Mandarynka 70 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa kalafiorowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Duszony gulasz z piersi kurczaka 100 g w sosie meksykańskim 70 g [1,6,7,9]; Makaron pszenny pełnoziarnisty 70 g [1]; Cukinia na parze 150 g z koperkiem i olejem; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Gzik z twarogu półtł. naturalnego 180 g, rzodkiewki 20 g i szczypiorku [7]; Ziemniaki gotowane 300 g; Surówka z białej kapusty 100 g, marchwi 30 g, natki i oleju; Sok wielowarzywny 330 g [9]	Zupa grochowa 60 g z włoszczyzną 60 g i ziemniakami 20 g [6,7,9]; Pieczone udko z kurczaka 100 g [1]; Sos cytrynowy [1,6,7,9]; Ryż brązowy 70 g [1]; Marchew gotowana 150 g z natką i olejem; Kiwi 80 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa pomidorowa z włoszczyzną 60 g i ryżem białym 20 g [1,6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym zabielany 40 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Surówka z kapusty pekińskiej 100 g, papryki 30 g, kukurydzy 30 g, natki i oleju; Gruszka 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
Obiad Lekkostrawna	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1]; Sos koperkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Dynia gotowana 150 g z natką i olejem; Banan 120 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa brokułowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Pulpet z dorsza gotowany 100 g [1,3]; Sos jarzynowy 40 zabielany g [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Marchew gotowana 150 g z natką i olejem; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczeń z mięsa wieprzowego 100 g z marchewką 20 g [1,3]; Sos pietruszkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Melon 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa kalafiorowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Duszony gulasz z piersi kurczaka 100 g w sosie pomidorowym z warzywami 40 g [1,6,7,9]; Makaron pszenny 70 g [1]; Cukinia na parze 150 g z koperkiem i olejem; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Pierogi leniwe z twarogu półtł. naturalnego 120 g [1,3,7]; Mus truskawkowy 50 z siemieniem lnianym 5 g; Dynia gotowana 150 g z natką i olejem; Sok pomidorowy 330 g [9]	Zupa ziemniaczana 130 g włoszczyzną 60 g i majerankiem [6,7,9]; Pieczone udko z kurczaka 100 g [1]; Sos cytrynowy [1,6,7,9]; Ryż biały 70 g [1]; Marchew gotowana 150 g z natką i olejem; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa pomidorowa z włoszczyzną 60 g i ryżem białym 20 g [1,6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym zabielany 40 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Kalafior gotowany 200 g; Mango 100 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
2)	Kawowe kaszotto jęczmienne 30 g na mleku 150 g z truskawką 80 g i siemieniem lniany, 15 g [1,7]	Cynamonowa owsianka 30 g na jogurcie 150 g z jabłkiem 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Drożdżówka z kruszonką 100 g [1,3,7]	Truskawkowa 40 g owsianka 30 g na maślance 150 g z mango 40 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Płatki jęczmienne 30 g z kakao na kefirze 100 g z maliną 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Drożdżówka z kruszonką 100 g [1,3,7]	Babka piaskowa 80 g [1,3,7]
Kolacja Postawowa	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Rzodkiewki 50 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Dorsz na parze 70 g w sosie greckim z warzywami 50 g [4,9]; Serek twarogowy, śmietankowy 20 g [7]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Ogórek zielony 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90[1] g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]
Kolacja Lekkostrawna	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Sałatka jarzynowa 60 g z natką i olejem [9]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Dynia 50 g na parze z natką i olejem	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Dorsz na parze 70 g w lekkim sosie greckim z warzywami 50 g [4,9]; Serek twarogowy, śmietankowy 20 g [7]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130[1] g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Cukinia 50 g na parze z koperkiem i olejem
II kolacja	Jogurt naturalny 150 g [7]	Kefir naturalny 200 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, naturalny 140 g [7]	Sok pomidorowy 330 g [9]	Jogurt typu islandzkiego, owocowy 140 g [7]	Maślanka 200 g z siemieniem lnianym 5 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, naturalny 140 g [7]
3)	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, schabem parzonym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, twarogiem półtł. 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynkową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]

1. Śniadanie wydawane na Oddział Ginekologiczny i Położniczy: dodatkowa porcja pieczywa wydawana ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **2. Podwieczorek wydawany na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** dodatkowy posiłek wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **3. II kolacja wydawana na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** posiłek zastępujący II kolację wydawaną na wszystkie Oddziały Szpitalne, poza Oddziałem Ginekologii i Położnictwa, wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek.

INFORMACJA DLA KONSUMENTÓW: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. **Lista składników alergennych:** 1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne. 2. Skorupiaki i produkty pochodne. 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne. 6. Soja i produkty pochodne. 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą). 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Gorczyca i produkty pochodne. 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne. **Uwaga:** Na obszarze kuchni szpitalnej znajdują się produkty zawierające cały przekrój alergenów oraz produkty, u których producent deklaruje możliwość wystąpienia śladowych ilości poszczególnych alergenów. Pomimo wszelkich starań nie jesteśmy w stanie wykluczyć zanieczyszczenia krzyżowego przygotowanej żywności.

Data: 19.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2090,80	101,70	77,50	33,10	234,30	30,60	2798,36	46,70
Dieta lekkostrawna	1993,30	95,50	62,90	30,40	251,50	22,10	2645,54	62,10
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2688,60	121,30	93,50	35,90	323,70	46,80	3444,00	55,70
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2607,30	115,20	78,70	33,20	346,40	36,10	3302,58	71,20
Data: 20.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	1992,80	86,30	81,00	30,80	215,00	28,50	3311,01	44,70
Dieta lekkostrawna	1931,90	87,50	67,60	28,50	229,00	28,70	2375,07	52,00
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2631,30	109,70	97,60	33,60	309,30	45,70	4237,28	54,10
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2586,60	111,03	84,10	31,30	328,90	43,70	3312,74	61,60
Data: 21.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2093,50	104,90	81,90	34,10	218,50	30,80	2116,05	47,90
Dieta lekkostrawna	1996,70	108,00	62,70	31,70	239,10	22,00	2209,59	54,10
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2685,00	113,90	96,00	38,90	320,40	41,20	3069,18	53,60
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2604,40	117,10	76,60	36,50	346,60	30,20	3174,13	60,00
Data: 22.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2101,70	102,20	67,40	32,60	257,30	27,10	3233,60	66,70
Dieta lekkostrawna	2094,80	100,10	68,90	30,50	256,10	24,20	3135,24	69,70
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2739,70	124,20	92,60	37,60	336,00	37,90	3203,60	76,40
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2694,50	121,80	89,10	35,10	337,60	33,90	3110,51	79,50
Data: 23.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2070,40	120,50	69,60	31,80	224,80	31,20	2799,99	58,10
Dieta lekkostrawna	2040,70	114,90	72,10	31,70	222,10	24,90	2291,51	55,90
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2667,00	133,40	86,20	35,70	316,30	53,10	3605,16	66,00
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2653,40	127,90	88,40	35,50	319,20	44,50	3108,09	64,00
Data: 24.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2121,30	104,50	76,00	33,60	236,10	38,90	2191,85	47,70
Dieta lekkostrawna	2091,20	93,40	74,30	33,20	251,60	23,60	2214,12	56,00
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2691,80	122,10	86,40	36,60	332,60	47,90	3106,62	49,40
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2677,90	111,10	84,50	36,20	353,70	30,40	3140,29	57,80
Data: 25.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	1930,10	95,70	71,50	32,50	211,80	27,90	2776,02	52,10
Dieta lekkostrawna	1908,10	101,60	66,70	29,90	213,90	23,00	2403,04	49,90
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2557,80	101,40	96,00	35,80	303,50	36,70	3590,15	49,30
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2552,00	107,50	91,00	33,20	311,20	29,70	3228,58	47,30

JADŁOSPIS OD 19.10.2026 r. DO 25.10.2026 r. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, W TYM DIETA KOBIET CIĘŻARNYCH I KARMIĄCYCH PIERSIĄ

Wartości odżywcze żywności oraz skład poszczególnych posiłków do wglądu na stronie internetowej szpitala. Waga produktu podana przed przetworzeniem. Ze względu na ruch chorych dopuszcza się zmiany w menu.

	Poniedziałek 19.10.2026 r.	Wtorek 20.10.2026 r.	Środa 21.10.2026 r.	Czwartek 22.10.2026 r.	Piątek 23.10.2026 r.	Sobota 24.10.2026 r.	Niedziela 25.10.2026 r.
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Papryka konserwowa 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Pasta z jaj 90 g, majonezu 15 g i szczypiorku [3,10]; Pomidor 50 g; Sałata 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Ogórek zielony 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Sałata 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i papryką 20 g [3,7]; Ogórek zielony 50 g; Keczup 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Rzodkiewki 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor 50 g
Modyfikacja lekkostrawna	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem 250 ml [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Pasta z jaj 90 g, jogurtu 20 g i koperku [3,7]; Pomidor b/s 50 g; Sałata 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Sałata 10 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i marchewką 20 g [3,7]; Pomidor b/s 50 g; Dip jogurt-koper 30 g [7]	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6,10]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor b/s 50 g
Obiad	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1]; Sos pieczeniowy z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z ciecierzycą 20 g, pieczoną marchwią 100 g, burakiem 30 g, natką i olejem [10]; Śliwki 100 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa jarzynowa 7-składnikowa 130 g z ziemniakami 50 g [6,7,9]; Klops z dorsza smażony 100 g [1,3]; Sos pieczarkowy 100 g z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Surówka z ogórków kwaszonych 100 g, cebuli 10 g, natki, słonecznika 10 g i oleju; Jabłko 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczeń z karkówki 100 g z czosnkiem [1]; Sos pieczeniowy z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z białą fasolą 30 g, pieczoną pietruszką 100 g, jabłkiem 20 g, porem 10 g, natką i olejem [10]; Mandarynka 70 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa kalafiorowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Duszony gulasz z piersi kurczaka 100 g w sosie meksykańskim 70 g [1,6,7,9]; Makaron pszenny pełnoziarnisty 70 g [1]; Cukinia na parze 150 g z koperkiem i olejem; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Gzik z twarogu półtł. naturalnego 180 g, rzodkiewki 20 g i szczypiorku [7]; Ziemniaki gotowane 300 g; Surówka z białej kapusty 100 g, marchwi 30 g, natki i oleju; Sok wielowarzywny 330 g [9]	Zupa grochowa 60 g z włoszczyzną 60 g i ziemniakami 20 g [6,7,9]; Pieczone udko z kurczaka 100 g [1]; Sos cytrynowy [1,6,7,9]; Ryż brązowy 70 g [1]; Marchew gotowana 150 g z natką i olejem; Kiwi 80 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa pomidorowa z włoszczyzną 60 g i ryżem białym 20 g [1,6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym zabielany 40 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Surówka z kapusty pekińskiej 100 g, papryki 30 g, kukurydzy 30 g, natki i oleju; Gruszka 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
Modyfikacja lekkostrawna	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1]; Sos koperkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Dynia gotowana 150 g z natką i olejem; Banan 120 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa brokułowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Pulpet z dorsza gotowany 100 g [1,3]; Sos jarzynowy 40 zabielany g [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Marchew gotowana 150 g z natką i olejem; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczeń z mięsa wieprzowego 100 g z marchewką 20 g [1,3]; Sos pietruszkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Melon 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa kalafiorowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Duszony gulasz z piersi kurczaka 100 g w sosie pomidorowym z warzywami 40 g [1,6,7,9]; Makaron pszenny pełnoziarnisty 70 g [1]; Cukinia na parze 150 g z koperkiem i olejem; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Gzik z twarogu półtł. naturalnego 150 g, ogórka b/s 30 g i koperku [7]; Ziemniaki gotowane 300 g; Dynia gotowana 150 g z natką i olejem; Sok pomidorowy 330 g [9]	Zupa ziemniaczana 130 g włoszczyzną 60 g i majerankiem [6,7,9]; Pieczone udko z kurczaka 100 g [1]; Sos cytrynowy [1,6,7,9]; Ryż brązowy 70 g [1]; Marchew gotowana 150 g z natką i olejem; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa pomidorowa z włoszczyzną 60 g i ryżem białym 20 g [1,6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym zabielany 40 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Kalafior gotowany 200 g; Mango 100 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
2)	Kawowe kaszotto jęczmienne 30 g na mleku 150 g z truskawką 80 g i siemieniem lniany, 15 g [1,7]	Cynamonowa owsianka 30 g na jogurcie 150 g z jabłkiem 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Koktajl proteinowy 240 g z bananem 50 g, truskawkami 50 g i siemieniem lnianym 15 g [7]	Truskawkowa 40 g owsianka 30 g na maślance 150 g z mango 40 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Płatki jęczmienne 30 g z kakao na kefirze 100 g z mango 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Koktajl proteinowy 240 g z mango 50 g, maliną 50 g i siemieniem lnianym 15 g [7]	Koktajl proteinowy 240 g z jabłkiem 150 g, cynamonem i siemieniem lnianym 15 g [7]
Kolacja	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Rzodkiewki 50 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Dorsz na parze 70 g w sosie greckim z warzywami 50 g [4,9]; Serek twarogowy, śmietankowy 20 g [7]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Ogórek zielony 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]
Modyfikacja lekkostrawna	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Sałatka jarzynowa 60 g z natką i olejem [9]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Dynia 50 g na parze z natką i olejem	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Dorsz na parze 70 g w lekkim sosie greckim z warzywami 50 g [4,9]; Serek twarogowy, śmietankowy 20 g [7]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Cukinia 50 g na parze z koperkiem i olejem
II kolacja	Jogurt naturalny 150 g [7]	Kefir naturalny 200 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, naturalny 140 g [7]	Sok pomidorowy 330 g [9]	Jogurt typu islandzkiego, owocowy 140 g [7]	Maślanka 200 g z siemieniem lnianym 5 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, naturalny 140 g [7]
3)	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, schabem parzonym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, twarogiem półtł. 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynkową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]

1. Śniadanie wydawane na Oddział Ginekologiczny i Położniczy: dodatkowa porcja pieczywa wydawana ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **2. Podwieczorek wydawany na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** dodatkowy posiłek wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **3. II kolacja wydawana na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** posiłek zastępujący II kolację wydawaną na wszystkie Oddziały Szpitalne, poza Oddziałem Ginekologii i Położnictwa, wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek.

INFORMACJA DLA KONSUMENTÓW: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. **Lista składników alergennych:** 1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne. 2. Skorupiaki i produkty pochodne. 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne. 6. Soja i produkty pochodne. 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą). 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy,

orzechy makadamia i produkty pochodne. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Gorczyca i produkty pochodne. 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne. **Uwaga:** Na obszarze kuchni szpitalnej znajdują się produkty zawierające cały przekrój alergenów oraz produkty, u których producent deklaruje możliwość wystąpienia śladowych ilości poszczególnych alergenów. Pomimo wszelkich starań nie jesteśmy w stanie wykluczyć zanieczyszczenia krzyżowego przygotowanej żywności.

Data: 19.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	1977,60	102,70	69,40	27,70	221,90	33,00	2797,41	41,10
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1844,50	95,00	55,30	25,00	227,80	29,50	2606,59	56,70
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2650,20	122,30	93,70	35,90	311,30	49,30	3443,95	50,20
Data: 20.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	1879,70	87,30	72,90	25,40	202,50	31,00	3310,06	39,10
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1783,20	87,10	60,00	23,10	205,30	36,10	2336,12	46,60
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2637,50	110,70	102,80	33,90	296,50	48,20	4225,82	48,50
Data: 21.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	1980,40	105,80	73,80	28,60	206,10	33,30	2115,10	42,30
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1847,90	107,50	55,00	26,30	215,50	29,40	2170,64	48,70
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2627,40	131,00	95,40	36,30	290,40	48,00	3078,24	62,80
Data: 22.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	1871,80	100,80	61,60	26,10	212,50	32,50	3136,50	45,40
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1777,30	94,70	57,40	23,40	204,60	32,60	3002,99	48,20
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2609,00	125,30	90,70	36,40	303,90	45,30	3237,70	55,30
Data: 23.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	1957,30	121,50	61,50	26,30	212,40	33,70	2799,04	52,50
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1935,90	121,60	61,80	26,70	206,30	33,70	2257,16	47,40
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2628,70	134,50	86,30	35,70	304,00	55,50	3605,11	60,40
Data: 24.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	2008,10	105,50	67,90	28,10	223,70	41,40	2190,90	42,10
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1936,10	93,20	67,50	28,00	222,10	35,40	2177,97	50,90
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2634,10	139,10	86,60	34,70	299,20	57,20	3098,52	55,40
Data: 25.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów	1817,00	96,70	63,40	27,00	199,40	30,30	2775,07	46,40
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów – modyfikacja lekkostrawna	1759,40	101,20	59,00	24,40	190,30	30,40	2364,09	44,50
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowdanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2476,40	121,50	85,20	34,70	285,80	46,80	3740,32	69,00

JADŁOSPIS OD 26.10.2026 r. DO 01.11.2026 r. DIETA PODSTAWOWA I DIETA LEKKOSTRAWNA, W TYM DIETA KOBIET CIĘŻARNYCH I KARMIĄCYCH PIERSIĄ

Wartości odżywcze żywności oraz skład poszczególnych posiłków do wglądu na stronie internetowej szpitala. Waga produktu podana przed przetworzeniem. Ze względu na ruch chorych dopuszcza się zmiany w menu.

	Poniedziałek 26.10.2026 r.	Wtorek 27.10.2026 r.	Środa 28.10.2026 r.	Czwartek 29.10.2026 r.	Piątek 30.10.2026 r.	Sobota 31.10.2026 r.	Niedziela 01.11.2026 r.
Śniadanie Podstawowa	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Papryka konserwowa 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Pasta z jaj 60 g, tuńczyka 40 g, majonezu 15 g i szczypiorku [3,4,10]; Ogórek ziel. 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Bułka pszenna (Kajzerka) 50 g [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor 50 g; Dżem niskosłodz. 25 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i papryką 20 g [3,7]; Ogórek zielony 50 g; Keczup 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Rzodkiewki 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka konserw. 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor 50 g; Majonez 15 g [3,10]
Śniadanie Lekkostrawna	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Pasta z jaj 60 g, tuńczyka 40 g, jogurtu 20 g i koperku [3,4,7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Bułka pszenna (Kajzerka) 50 g [1,7]; Chleb pszenny 60 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor 50 g; Dżem niskosłodz. 25 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i marchewką 20 g [3,7]; Pomidor b/s 50 g; Dip jogurt-koper 30 g [7]	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor b/s 50 g; Dip jogurt-koper 30 g [7]
Obiad Postawowa	Barszcz ukraiński 100 g z włoszczyzną 30 g, fasolką szparagową 30 g i białą fasolą 40 g [6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1,6,7,9]; Sos pieczeniowy z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z selera gotowanego 100 g, jabłka 30 g, natki i oleju [9]; Jabłko 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczony pulpet z indyka 100 g [1,3]; Sos pomidorowy zabielony [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g Surówka z ogórków kwaszonych 100 g, cebuli 10 g, natki, słonecznika 10 g i oleju; Gruszka 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Pierogi leniwe z twarogu półtł. naturalnego 60 g, wędzonego 60 g i mąki pszennej 50 g [1,3,7]; Sos pieczarkowy 100 g z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Sok wielowarzywny 330 g [9]	Zupa brokułowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym 50 g zabielanym [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Surówka z białej kapusty 100 g, marchwi 30, natki i oleju; Mandarynki 140 g; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Zupa dyniowa 200 g z zacierką pszenną [1,3,7]; Filet z dorsza na parze 100 g [1,4]; Sos cytrynowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z ciecierzycą 20 g, pieczoną marchwią 100 g, brukselką 30 g, natką i olejem [10]; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa jarzynowa 130 g z ziemniakami 50 g i [6,7,9]; Duszony filet z piersi kurczaka 100 g [1]; Sos curry z papryką 30 g, marchwią 20 g i cebulą 10 g zabielany [1,6,7,9]; Ryż brązowy 70 g [1]; Fasolka szparagowa zielona gotowana 150 g; Gruszka 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Pieczeń z mięsa wieprzowego 100 g z zielonym groszkiem 20 g [1,3]; Sos chrzanowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Surówka z kapusty czerwonej 100 g, jabłka 30 g, natki i oleju; Winogrona 100 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
Obiad Lekkostrawna	Barszcz czerwony 100 g z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1,6,7,9]; Sos pietruszkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z selera gotowanego 100 g, jabłka 30 g, natki i oleju [9]; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczony pulpet z indyka 100 g [1,3]; Sos pomidorowy zabielony [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Fasolka szparagowa żółta gotowana 150 g; Melon 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Gzik z twarogu półtł. naturalnego 180 g, ogórka b/s 20 g i koperku [7]; Ziemniaki gotowane 300 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Sok pomidorowy 330 g [9]	Zupa brokułowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym 50 g zabielanym [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Cukinia na parze 150 z koperkiem i olejem; Banan 120 g; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Zupa dyniowa 200 g z zacierką pszenną [1,3,7]; Filet z dorsza na parze 100 g [1,4]; Sos cytrynowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Marchew na parze 150 g z natką i olejem; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa jarzynowa 130 g z ziemniakami 50 g i [6,7,9]; Duszony filet z piersi kurczaka 100 g [1]; Sos curry z cukinią 20 g, marchwią 20 g i cebulą 10 g zabielany [1,6,7,9]; Ryż biały 70 g [1]; Fasolka szparagowa zielona gotowana 150 g; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Pieczeń z mięsa wieprzowego 100 g z marchwią 20 g [1,3]; Sos koperkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Melon 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
2)	Kawowe kaszotto jęczmienne 30 g na mleku 150 g z truskawką 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Cynamonowa owsianka 30 g na jogurcie 150 g z jabłkiem 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Drożdżówka z kruszonką 100 g [1,3,7]	Truskawkowa 40 g owsianka 30 g na maślance 150 g z mango 40 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Płatki jęczmienne 30 g z kakao na skyrze 140 g z maliną 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Drożdżówka z kruszonką 100 g [1,3,7]	Babka piaskowa 80 g [1,3,7]
Kolacja Postawowa	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Sałata 10 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Papryka 50 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Rzodkiewki 50 g; Słonecznik 15 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Ogórek zielony 50 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenno-żytni (Graham) 60/90(1 g [1]; Chleb pszenno-żytni (Baltonowski) 40 g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]
Kolacja Lekkostrawna	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Sałata 10 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Dynia na parze 50 g z natką i olejem	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Pomidor b/s 50; Roszponka 5 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Sałatka jarzynowa 60 g z natką i olejem [9]	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Cukinia na parze 50 g z koperkiem i olejem	Herbata czarna z cukrem; Chleb pszenny 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Pomidor b/s 50 g
II kolacja	Jogurt naturalny 150 g [7]	Kefir naturalny 200 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, owocowy 140 g [7]	Sok pomidorowy 330 g [9]	Jogurt typu islandzkiego, naturalny 140 g [7]	Maślanka 200 g z siemieniem lnianym 5 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, owocowy 140 g [7]
3)	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, schabem parzonym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, twarogiem półtł. 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynkową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]

1. Śniadanie wydawane na Oddział Ginekologiczny i Położniczy: dodatkowa porcja pieczywa wydawana ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **2. Podwieczorek wydawany na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** dodatkowy posiłek wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **3. II kolacja wydawana na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** posiłek zastępujący II kolację wydawaną na wszystkie Oddziały Szpitalne, poza Oddziałem Ginekologii i Położnictwa, wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek.

INFORMACJA DLA KONSUMENTÓW: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. **Lista składników alergennych:** 1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne. 2. Skorupiaki i produkty pochodne. 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne. 6. Soja i produkty pochodne. 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą). 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy,

orzechy makadamia i produkty pochodne. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Gorczyca i produkty pochodne. 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne. **Uwaga:** Na obszarze kuchni szpitalnej znajdują się produkty zawierające cały przekrój alergenów oraz produkty, u których producent deklaruje możliwość wystąpienia śladowych ilości poszczególnych alergenów. Pomimo wszelkich starań nie jesteśmy w stanie wykluczyć zanieczyszczenia krzyżowego przygotowanej żywności.

Data: 26.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2007,60	105,50	71,10	32,40	220,00	34,30	2783,20	40,70
Dieta lekkostrawna	1990,50	96,50	63,30	30,30	246,30	26,70	2780,80	59,70
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2605,40	125,00	87,00	35,20	309,40	50,60	3428,90	49,70
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2604,50	116,20	79,10	33,10	341,20	40,70	3437,80	69,80
Data: 27.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2008,10	100,30	66,70	32,90	236,60	29,30	3448,90	62,40
Dieta lekkostrawna	1965,00	104,30	58,00	29,90	243,40	25,80	2639,60	58,40
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2636,60	122,30	83,30	35,90	329,50	46,40	4372,50	70,20
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2609,70	126,40	74,50	32,90	341,90	40,70	3574,60	66,40
Data: 28.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2065,20	109,70	81,50	34,00	207,90	31,00	3532,20	51,00
Dieta lekkostrawna	1918,60	116,60	55,50	28,60	227,30	21,70	2692,30	51,00
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią				2662,30	309,90	41,30	4501,90	57,10
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2531,90	127,10	69,50	33,40	334,90	29,80	3673,30	57,30
Data: 29.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	1982,10	91,10	69,40	32,80	232,00	32,80	2579,30	67,40
Dieta lekkostrawna	2125,70	89,80	76,10	34,30	256,50	27,90	2698,60	79,30
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2644,50	115,50	90,10	37,50	323,30	45,60	2679,50	77,20
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2726,90	111,80	96,30	39,00	338,00	37,60	2674,40	89,10
Data: 30.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2029,70	107,90	71,00	31,90	225,80	32,40	1851,40	49,20
Dieta lekkostrawna	1990,60	105,30	69,50	31,90	224,40	24,30	1777,20	47,90
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2662,30	132,40	86,10	34,90	318,00	54,20	2683,40	57,50
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2639,40	130,00	84,30	34,90	322,20	43,90	2620,50	56,40
Data: 31.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	2024,00	100,90	70,50	32,70	229,70	34,80	2597,60	50,50
Dieta lekkostrawna	2054,00	97,00	70,40	30,00	246,50	24,50	2705,40	53,20
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2594,50	118,50	80,80	35,70	326,20	43,80	3512,30	52,20
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2640,70	114,70	80,60	33,00	348,60	31,30	3631,50	55,10
Data: 01.11.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta podstawowa	1999,80	96,80	73,90	32,90	224,10	24,40	2821,70	50,00
Dieta lekkostrawna	1926,40	101,20	63,00	30,10	229,10	19,30	2522,60	45,50
Dieta podstawowa - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2633,10	103,90	98,50	36,30	315,90	33,30	3652,40	47,60
Dieta lekkostrawna - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2575,90	108,40	87,30	33,40	326,50	25,90	3364,60	43,30

JADŁOSPIS OD 26.10.2026 r. DO 01.11.2026 r. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW, W TYM DIETA KOBIET CIĘŻARNYCH I KARMIĄCYCH PIERSIĄ

Wartości odżywcze żywności oraz skład poszczególnych posiłków do wglądu na stronie internetowej szpitala. Waga produktu podana przed przetworzeniem. Ze względu na ruch chorych dopuszcza się zmiany w menu.

	Poniedziałek 26.10.2026 r.	Wtorek 27.10.2026 r.	Środa 28.10.2026 r.	Czwartek 29.10.2026 r.	Piątek 30.10.2026 r.	Sobota 31.10.2026 r.	Niedziela 01.11.2026 r.
Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Papryka konserwowa 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Pasta z jaj 60 g, tuńczyka 40 g, majonezu 15 g i szczypiorku [3,4,10]; Ogórek zielony 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor 50 g; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i papryką 20 g [3,7]; Ogórek zielony 50 g; Keczup 15 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Rzodkiewki 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor 50 g; Majonez 15 g [3,10]
Modyfikacja lekkostrawna	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kakao z mlekiem [7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Pasta z jaj 60 g, tuńczyka 40 g, jogurtu 20 g i koperku [3,4,7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 15 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Frittata 120 g z brokułem 30 g i marchewką 20 g [3,7]; Pomidor b/s 50 g; Dip jogurt-koper 30 g [7]	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Parówka z piersi indyka 50 g [6]; Twaróg półtł. naturalny 50 g [7]; Pomidor b/s 50 g	Kawa zbożowa z mlekiem [1,7]; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka konserwowa 40 g [6]; Jajko gotowane 60 g [3]; Pomidor b/s 50 g; Dip jogurt-koper 30 g [7]
Obiad	Barszcz ukraiński 100 g z włoszczyzną 30 g, fasolką szparagową 30 g i białą fasolą 40 g [6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1,6,7,9]; Sos pieczeniowy z cebulą 10 g [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z selera gotowanego 100 g, jabłka 30 g, natki i oleju [9]; Jabłko 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczony pulpet z indyka 100 g [1,3]; Sos pomidorowy zabielony [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g Surówka z ogórków kwaszonych 100 g, cebuli 10 g, natki, słonecznika 10 g i oleju; Gruszka 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Gzik z twarogu półtł. naturalnego 180 g, ogórka b/s 20 g i koperku [7]; Ziemniaki gotowane 300 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Sok wielo-warzywny 330 g [9]	Zupa brokułowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym 40 g zabielanym [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Surówka z białej kapusty 100 g, marchwi 30, natki i oleju; Mandarynki 140 g; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Zupa pomidorowa z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Filet z dorsza na parze 100 g [1,4]; Sos cytrynowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z ciecierzycą 20 g, pieczoną marchwią 100 g, brukselką 30 g, natką i olejem [10]; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa jarzynowa 130 g z ziemniakami 50 g i [6,7,9]; Duszony filet z piersi kurczaka 100 g [1]; Sos curry z papryką 20 g, marchwią 20 g i cebulą 10 g zabielany [1,6,7,9]; Ryż brązowy 70 g [1]; Fasolka szparagowa zielona gotowana 150 g; Gruszka 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Pieczeń z mięsa wieprzowego 100 g z zielonym groszkiem 20 g [1,3]; Sos chrzanowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Surówka z kapusty czerwonej 100 g, jabłka 30 g, natki i oleju; Winogrona 100 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
Modyfikacja lekkostrawna	Barszcz czerwony 100 g z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Bitka schabowa duszona 100 g [1,6,7,9]; Sos pietruszkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Sałatka z selera gotowanego 100 g, jabłka 30 g, natki i oleju [9]; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krem cukiniowy 100 g z włoszczyzną 60 g, ziemniakami 50 g i grzankami 20 g [1,6,7,9]; Pieczony pulpet z indyka 100 g [1,3]; Sos pomidorowy zabielony [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Fasolka szparagowa żółta gotowana 150 g; Melon 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Krupnik z kaszą jęczmienną perłową 20 g, ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [1,6,7,9]; Gzik z twarogu półtł. naturalnego 180 g, ogórka b/s 20 g i koperku [7]; Ziemniaki gotowane 300 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Sok pomidorowy 330 g [9]	Zupa brokułowa 100 g z ziemniakami 50 g i włoszczyzną 30 g [6,7,9]; Duszony gulasz wieprzowy 100 g w sosie jarzynowym 40 g zabielanym [1,6,7,9]; Kasza jęczmienna perłowa 70 g [1]; Cukinia na parze 150 z koperkiem i olejem; Banan 120 g; Kompot jabłkowy bez cukru 250 g	Zupa pomidorowa z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Filet z dorsza na parze 100 g [1,4]; Sos cytrynowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Marchew na parze 150 g z natką i olejem; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Zupa jarzynowa 130 g z ziemniakami 50 g i [6,7,9]; Duszony filet z piersi kurczaka 100 g [1]; Sos curry z cukinią 20 g i marchwią 20 g zabielany [1,6,7,9]; Ryż brązowy 70 g [1]; Fasolka szparagowa zielona gotowana 150 g; Jabłko gotowane 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g	Rosół z włoszczyzną 60 g i makaronem dwujajecznym 20 g [1,3,6,7,9]; Pieczeń z mięsa wieprzowego 100 g z marchwią 20 g [1,3]; Sos koperkowy zabielany [1,6,7,9]; Ziemniaki gotowane 260 g; Buraczki gotowane 100 g z jabłkiem 30 g, natką i olejem; Melon 150 g; Herbata owocowa bez cukru 250 g
2)	Kawowe kaszotto jęczmienne 30 g na mleku 150 g z truskawką 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Cynamonowa owsianka 30 g na jogurcie 150 g z jabłkiem 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Koktajl proteinowy 240 g z bananem 60 g, truskawkami 50 g i siemieniem lnianym 15 g [7]	Truskawkowa 40 g owsianka 30 g na maślance 150 g z mango 40 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Płatki jęczmienne 30 g z kakao na skyrze 140 g z maliną 80 g i siemieniem lnianym 15 g [1,7]	Koktajl proteinowy 240 g z mango 50 g, maliną 50 g i siemieniem lnianym 15 g [7]	Koktajl proteinowy 240 g z jabłkiem 150 g, cynamonem i siemieniem lnianym 15 g [7]
Kolacja	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Sałata 10 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Papryka 50 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Rzodkiewki 50 g; Słonecznik 15 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser żółty, Tylżycki 40 g [7]; Ogórek zielony 50 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Twaróg półtł. wędzony 45 g [7]; Ogórek konserwowy 50 g [10]
Modyfikacja lekkostrawna	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Mus truskawkowy 45 g z siemieniem lnianym 5 g; Sałata 10 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Zielonogórska 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Dynia na parze 50 g z natką i olejem	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek wiejski, lekki 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Roszponka 5 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Polędwica sopocka 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Sałatka jarzynowa 60 g z natką i olejem [9]	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Serek homogenizowany półtł. 150 g [7]; Pomidor b/s 50 g; Sałata 10 g	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Szynka drobiowa 40 g [6]; Ser sałatkowy typu śródziemnomorskiego 40 g [7]; Cukinia na parze 50 gz koperkiem i olejem	Herbata czarna bez cukru; Chleb pszenno-żytni (Graham) 100/130(1 g [1]; Masło 10/15(1 g [7]; Schab parzony 40 g [6]; Ser mozzarella, lekka 42 g [7]; Pomidor b/s 50 g
II kolacja	Jogurt naturalny 150 g [7]	Kefir naturalny 200 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, owocowy 140 g [7]	Sok pomidorowy 330 g [9]	Jogurt typu islandzkiego, naturalny 140 g [7]	Maślanka 200 g z siemieniem lnianym 5 g [7]	Jogurt typu islandzkiego, owocowy 140 g [7]
3)	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, schabem parzonym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, jajkiem gotowanym 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, twarogiem półtł. 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,3]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynkową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]	Bułka (Graham) 70 g z margaryną 10 g, szynką drobiową 30 g, roszponką 5 g i ogórkiem zielonym 50 g [1,6]

1. Śniadanie wydawane na Oddział Ginekologiczny i Położniczy: dodatkowa porcja pieczywa wydawana ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **2. Podwieczorek wydawany na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** dodatkowy posiłek wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek. **3. II kolacja wydawana na Oddział Ginekologiczny i Położniczy:** posiłek zastępujący II kolację wydawaną na wszystkie Oddziały Szpitalne, poza Oddziałem Ginekologii i Położnictwa, wydawany ze względu na zwiększone zapotrzebowanie energetyczne w tej grupie Pacjentek.

INFORMACJA DLA KONSUMENTÓW: Informacja o alergenach przekazana jest w oparciu o Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 z dnia 25.10.2011 r. w sprawie przekazywania konsumentom informacji na temat żywności. **Lista składników alergennych:** 1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, kamut lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne. 2. Skorupiaki i produkty pochodne. 3. Jaja i produkty pochodne. 4. Ryby i produkty pochodne. 5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne. 6. Soja i produkty pochodne. 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą). 8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne. 9. Seler i produkty pochodne. 10. Gorczyca i produkty pochodne. 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne. 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO2. 13. Łubin i produkty pochodne. 14. Mięczaki i produkty pochodne. **Uwaga:** Na obszarze kuchni szpitalnej znajdują się produkty zawierające cały przekrój alergenów oraz produkty, u których producent deklaruje możliwość wystąpienia śladowych ilości poszczególnych alergenów. Pomimo wszelkich starań nie jesteśmy w stanie wykluczyć zanieczyszczenia krzyżowego przygotowanej żywności.

Data: 26.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1894,40	106,40	63,00	27,00	207,60	36,80	2782,30	35,10
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1841,70	96,10	55,60	24,90	222,60	34,10	2741,80	54,30
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2567,00	126,70	87,20	35,20	297,00	53,00	3428,80	44,20
Data: 27.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1895,00	101,20	58,60	27,40	224,20	31,80	3448,00	56,70
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1816,20	103,80	50,40	24,50	219,80	33,20	2600,60	53,00
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2598,20	123,30	83,50	35,90	317,20	48,90	4372,50	64,70
Data: 28.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1935,40	119,70	61,10	24,20	211,30	30,60	3107,70	49,50
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1769,80	116,10	47,90	23,20	203,70	29,10	2653,30	45,60
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2597,70	146,40	82,60	31,90	297,90	45,50	4087,40	72,30
Data: 29.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1837,40	92,00	63,40	27,50	207,00	37,70	2564,10	55,00
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1947,00	89,90	70,50	29,10	220,40	37,40	2653,00	66,90
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2574,50	116,50	92,40	37,70	298,40	50,50	**2665,30**	64,90
Data: 30.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1885,10	107,50	61,80	25,80	210,30	32,90	1988,10	41,20
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1793,80	103,00	60,60	25,80	195,10	27,90	1834,90	37,60
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2592,40	132,00	85,10	34,20	302,70	54,70	2820,90	49,50
Data: 31.10.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1910,90	101,90	62,40	27,30	217,30	37,30	2596,60	44,80
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1905,20	97,00	63,70	24,80	218,00	36,70	2669,80	49,10
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2536,90	135,40	81,10	33,80	292,80	53,00	3504,20	58,20
Data: 01.11.2026 r.	**Wartość energetyczna [kcal]**	**Białko [g]**	**Tłuszcze [g]**	**Nasycone kwasy tłuszczowe [g]**	**Węglowodany [g]**	**Błonnik pokarmowy [g]**	**Sód [mg]**	**Cukry [g]**
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	1886,60	97,80	65,80	27,50	211,70	26,90	2820,80	44,40
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów – modyfikacja lekkostrawna	1777,70	100,70	55,30	24,70	205,40	26,70	2483,60	40,10
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów - grupa kobiet ciężarnych i karmiących piersią	2551,70	124,10	87,70	35,20	298,30	43,40	3802,50	67,30