Jadłospisy na okres 28.02. - 09.03.2026

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
28.02.2026 Dieta podstawowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), pulpet wieprzowo – drobiowy pieczony 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (GLU, SEL, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), surówka z selera 120g (SEL, MLE, SO2), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), ser żółty 40g (MLE), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2210 kcal; Białko ogółem: 102,64g; Tłuszcz: 91,28g; Kw. tł. nas.: 39,95g ; Węglowodany ogółem: 259,77g; W tym cukry: 58,26g; Błonnik: 31,15; Sól: 8,33g		
28.02.2026 Dieta łatwostrawna		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), dżem truskawkowy 25g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), rolada drobiowa gotowana 90g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, SEL, MLE), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajko gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1851kcal; Białko ogółem: 92,81g; Tłuszcz:61,76g; Kw. tł. nas.: 34,45g; Węglowodany ogółem: 241,68g; W tym cukry: 68,22g; Błonnik: 23,54g; Sól: 8,34g		
28.02.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), dżem truskawkowy 25g, roszponka 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Jabłko pieczone 200g	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), rolada drobiowa gotowana 90g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, SEL, MLE), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Serek homogenizowany waniliowy Darek 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajko gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2016 kcal; Białko ogółem: 97,98g; Tłuszcz: 66,04g; Kw. tł. nas.: 37,10g; Węglowodany ogółem: 270,84g; W tym cukry: 97,32g; Błonnik: 26,76g; Sól: 8,4g		
28.02.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), dżem truskawkowy 25g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), rolada drobiowa gotowana 90g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, SEL, MLE), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), białko jaja faszerowane 60g (JAJ), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1756kcal; Białko ogółem: 95,13g; Tłuszcz: 49,07g; Kw. tł. nas.: 27,54g; Węglowodany ogółem: 244,39g; W tym cukry: 69,44g; Błonnik: 24,87g; Sól: 8,43g		
28.02.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), papryka świeża 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), rolada drobiowa duszona 90g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, SEL, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), surówka z selera 120g (MLE, SEL, SO2), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 30g (GOR), pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1937 kcal; Białko ogółem: 92,72g; Tłuszcz: 65,19g; Kw. tł. nas.: 24,06g; Węglowodany ogółem: 259,8g; W tym cukry: 57,93g; Błonnik: 30,75g; Sól: 8,75g		

28.02.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 50g (GLU), papryka świeża 60g, rukola 5g kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka brokułowa 120g (JAJ).	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), rolada drobiowa duszona 90g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, SEL, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), surówka z selera 120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), mix sałat z warzywami i sosem winegret 120g (GOR).	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 30g (GOR), pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2198kcal; Białko ogółem: 100,21g; Tłuszcz: 80,54g; Kw. tł. nas.: 29,42g; Węglowodany ogółem: 290,38g; W tym cukry: 51,14g; Błonnik: 44,8g; Sól: 10,91g		
28.02.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Jabłko świeże 200g	Barszcz zabielany 300ml (GLU, SEL, MLE), pulpet wieprzowo – drobiowy pieczony 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (GLU, SEL, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), surówka z selera 120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** Serek homogenizowany waniliowy Darek 150g (MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), ser żółty 40g (MLE), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2697kcal; Białko ogółem: 124,63g; Tłuszcz: 104,84g; Kw. tł. nas.: 48,0g; Węglowodany ogółem: 331,06g; W tym cukry: 109,43g; Błonnik: 35,65g; Sól: 8,77g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
01.03.2026 Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), ogórek świeży 60g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa ryżanka 300ml (SEL), udziec z kurczaka pieczony 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, marchew z groszkiem 120g (MLE),woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196kcal; Białko ogółem: 121,22g; Tłuszcz: 83,72g; Kw. tł. nas.: 35.36g; Węglowodany ogółem: 252,69g; W tym cukry: 61.1g; Błonnik: 29,07g; Sól: 5,91g		
01.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata masłowa 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa ryżanka 300ml (SEL), schab gotowany 70g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1867kcal; Białko ogółem: 99,23g; Tłuszcz: 61,61g; Kw. tł. nas.: 33,78g; Węglowodany ogółem: 239,08g; W tym cukry: 64,15g; Błonnik: 24,64g; Sól: 6,18g		
01.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata masłowa 5g, jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.	Zupa ryżanka 300ml (SEL), schab gotowany 70g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*. **Podwieczorek:** kisiel owocowy 150g.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, roszponka 5g, herbata 250ml.

II śniadanie: galaretka mleczna 150g (MLE).		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1887kcal; Białko ogółem: 95,5g; Tłuszcz:58,2g; Kw. tł. nas.: 31,76g; Węglowodany ogółem: 256,26g; W tym cukry: 76,54g; Błonnik: 23,88g; Sól: 6,25g		
01.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata masłowa 5g, kefir naturalny 200g (MLE),kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa ryżanka 300ml (SEL), schab gotowany 70g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*,	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1793kcal; Białko ogółem: 99,15g; Tłuszcz:53,36g; Kw. tł. nas.: 28,3g; Węglowodany ogółem: 239,0g; W tym cukry: 69,09g; Błonnik: 24,64g; Sól: 6,18g		
01.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), ogórek świeży 60g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa ryżanka 300ml (SEL), schab duszony 70g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, sałatka z buraka 120g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), papryka świeża 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1984kcal; Białko ogółem: 105,58g; Tłuszcz: 65,28g; Kw. tł. nas.: 25,77g; Węglowodany ogółem: 254,53g; W tym cukry: 65,44g; Błonnik: 26,99g; Sól: 5,41g		
01.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g (GLU), ogórek świeży 60g, masłowa 5g, kefir naturalny 200g (MLE),kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z brukselki 120g (JAJ).	Zupa ryżanka 300ml (SEL), schab duszony 70g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, sałatka z buraka 120g, woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z marchwi 120g (MLE).	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), papryka świeża 60g, roszponka 5g kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2242kcal; Białko ogółem: 110,94g; Tłuszcz: 72,66g; Kw. tł. nas.: 30,89g; Węglowodany ogółem: 306,84g; W tym cukry: 68,71g; Błonnik: 47,98g; Sól: 9,2g		
01.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), ogórek świeży 60g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** galaretka mleczna 150g (MLE).	Zupa ryżanka 300ml (SEL), udziec z kurczaka pieczony 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, marchew z groszkiem 120g (MLE),woda*. **Podwieczorek:** kisiel owocowy 150g.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, roszponka 5g kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza jaglana na mleku 300ml (MLE) .
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2565kcal; Białko ogółem: 135,55g; Tłuszcz: 91,05g; Kw. tł. nas.: 39,44g; Węglowodany ogółem: 314,66g; W tym cukry: 97,47g; Błonnik: 29,89g; Sól: 6,31g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		
Śniadanie II śniadanie	**Obiad Podwieczorek**	**Kolacja**
02.03.2026 Dieta podstawowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor świeży 60g, dżem owocowy 25g, kawa z mlekiem	Zupa fasolowa 300ml (GLU, SEL, MLE), budyń z morszczuka pieczony 90g (RYB, JAJ, GLU), sos paprykowy 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g (GLU, SEL, JAJ), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

250ml (GLU, MLE).		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2355kcal; Białko ogółem: 105,82g; Tłuszcz: 81,92g; Kw. tł. nas.: 31,38g; Węglowodany ogółem: 316,81g; W tym cukry: 63,79g; Błonnik: 39,14g; Sól: 6,37g		
02.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pomidor świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (GLU,MLE, SEL), makaron z twarogiem i sosem śmietanowo- owocowym 330g (GLU, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), galaretka z morszczuka z warzywami 130g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2035kcal; Białko ogółem: 105,84g; Tłuszcz: 72,84g; Kw. tł. nas.: 37,15g; Węglowodany ogółem: 248,57g; W tym cukry: 61,66g; Błonnik: 21,16g; Sól: 6,11g		
02.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt, pomidor świeży 60g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Jabłko pieczone 200g.	Zupa jarzynowa 300ml (GLU,MLE, SEL), makaron z twarogiem i sosem śmietanowo- owocowym 330g (GLU, MLE), woda*. **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta drobiowa 60g, sałata masłowa 5g, jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1906kcal; Białko ogółem: 88,28g; Tłuszcz: 59,7g; Kw. tł. nas.: 32,91g; Węglowodany ogółem: 265,78g; W tym cukry: 84,48g; Błonnik: 21,77g; Sól: 4,88g		
02.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), białko jaja faszerowane 1 szt. (JAJ), pomidor świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (GLU,MLE, SEL), makaron z twarogiem i sosem jogurtowo - owocowym 330g (GLU, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), galaretka z morszczuka z warzywami 130g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1940kcal; Białko ogółem: 108,16g; Tłuszcz: 60,15g; Kw. tł. nas.: 30,24g; Węglowodany ogółem: 251,28g; W tym cukry: 62,88g; Błonnik: 22,49g; Sól: 6,2g		
02.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pomidor świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (GLU,MLE, SEL), makaron z twarogiem i sosem jogurtowo - owocowym 330g (GLU, MLE), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), galaretka z morszczuka z warzywami 130g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2127kcal; Białko ogółem: 111,56g; Tłuszcz: 75,32g; Kw. tł. nas.: 31,49g; Węglowodany ogółem: 260,55g; W tym cukry: 61,12g; Błonnik: 22,4g; Sól: 5,33g		
02.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pomidor świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z fasolki 120g (JAJ).	Zupa jarzynowa 300ml (GLU,MLE, SEL), makaron ciemny z twarogiem i sosem śmietanowo-owocowym 330g (GLU, MLE), woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z kiszonej kapusty 120g.	Chleb graham 80g (GLU), chleb pszenny 28g (GLU), masło 10g (MLE), galaretka z morszczuka z warzywami 130g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367kcal; Białko ogółem: 117,79g; Tłuszcz: 87,21g; Kw. tł. nas.: 35,83g; Węglowodany ogółem: 294,32g; W tym cukry: 50,39g; Błonnik: 44,45g; Sól: 8,08g		
02.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU),	Zupa fasolowa 300ml (GLU,MLE, SEL), budyń z morszczuka pieczony 90g (RYB, GLU, JAJ),	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka warzywno –

masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor świeży 60g, dżem owocowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** jabłko świeże 200g.	sos paprykowy 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 120g, woda*. **Podwieczorek:** Budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE).	owocowa z makaronem 180g (GLU, SEL, JAJ), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2803kcal; Białko ogółem: 123,71g; Tłuszcz: 92,83g; Kw. tł. nas.: 36,54g; Węglowodany ogółem: 389,11g; W tym cukry: 111,71g; Błonnik: 44,98g; Sól: 6,85g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		
Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
03.03.2026 Dieta podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), twaróg 40g (MLE), ogórek świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz wieprzowo - drobiowy z warzywami duszony 150g (GLU, SEL), kasza jęczmienna 200g (GLU), ćwikła 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 40g (GLU), papryka świeża 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2168kcal; Białko ogółem: 101,78g; Tłuszcz: 85,91g; Kw. tł. nas.: 32,13g; Węglowodany ogółem: 261,86g; W tym cukry: 56,13g; Błonnik: 32,65g; Sól: 6,54g		
03.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 40g (GLU), roszponka 5g, dżem owocowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy gotowany 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, marchew gotowana 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, sałata masłowa 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1881kcal; Białko ogółem: 94,89g; Tłuszcz: 59,48g; Kw. tł. nas.: 34,10g; Węglowodany ogółem: 256,27g; W tym cukry: 61,7g; Błonnik: 29,63g; Sól: 7,49g		
03.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 40g (GLU), roszponka 5g, dżem owocowy 25g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Jogurt owocowy 150g (MLE)	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy gotowany 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, marchew gotowana 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Biszkopty 30g (GLU, JAJ)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, sałata masłowa 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2005 kcal; Białko ogółem: 97,82g; Tłuszcz: 56,78g; Kw. tł. nas.: 31,9g; Węglowodany ogółem: 291,14g; W tym cukry: 51,9g; Błonnik: 28,85g; Sól: 6,97g		
03.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 40g (GLU), roszponka 5g, dżem owocowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy gotowany 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, marchew gotowana 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor świeży 60g, sałata masłowa 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1807 kcal; Białko ogółem: 94,81g; Tłuszcz: 51,22g; Kw. tł. nas.: 28,62g; Węglowodany ogółem: 256,19g; W tym cukry: 61,64g; Błonnik: 29,63g; Sól: 7,49g		
03.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 40g (GLU), ogórek świeży 60g, jabłko świeże 200g, kawa z mlekiem 250ml	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy duszony 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, surówka z marchwi 120g (MLE), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), papryka świeża 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

(GLU, MLE).		
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032 kcal; Białko ogółem: 102,18g; Tłuszcz: 60,67g; Kw. tł. nas.: 26,91g; Węglowodany ogółem: 285,68g; W tym cukry: 74g; Błonnik: 34,79g; Sól: 6,69g		
03.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 50g (GLU), ogórek świeży 60g, jabłko świeże 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE)**,** sałatka brokułowa 120g (JAJ).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy duszony 90g (GLU, JAJ), sos koperkowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, surówka z marchwi 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE)**,** pomidor z cebulą 120g.	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), papryka świeża 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268 kcal; Białko ogółem: 110,34g; Tłuszcz: 73,78g; Kw. tł. nas.: 32,13g; Węglowodany ogółem: 313,71; W tym cukry: 69,15g; Błonnik: 48,33g; Sól:8,57g		
03.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), twaróg 40g (MLE), ogórek świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** jogurt owocowy 150g (MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz wieprzowo drobiowy z warzywami 150g (GLU, SEL), kasza jęczmienna 200g (GLU), ćwikła 120g, woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g (GLU, JAJ).	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska z kurczaka 40g (GLU), papryka świeża 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), makaron na mleku 300ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2653 kcal; Białko ogółem: 123,09g; Tłuszcz: 92,71g; Kw. tł. nas.: 35,38g; Węglowodany ogółem: 346,77g; W tym cukry: 68,53g; Błonnik: 33,37g; Sól: 6,82g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
04.03.2026 Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), pomidor 60g, banan 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pieczarkowy 50ml (MLE, GLU, SEL), surówka jarzynowa 120g (GOR, JAJ), budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 130g (SEL), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2772 kcal; Białko ogółem: 118,06g; Tłuszcz: 94,53g; Kw. tł. nas.: 37,45g; Węglowodany ogółem: 380,77g; W tym cukry: 113; Błonnik: 43,74g; Sól:6,8g		
04.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), banan 170g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 90g (RYB, JAJ, GLU), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, seler gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g (GLU, SEL, GOR), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2083 kcal; Białko ogółem: 87,82g; Tłuszcz: 67,16g; Kw. tł. nas.: 37,33g; Węglowodany ogółem: 297,26g; W tym cukry: 89,97g; Błonnik: 34,9g; Sól: 6,7g		
04.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), banan 170g, pomidor 60g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Kisiel owocowy 150g	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 90g (RYB, JAJ, GLU), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, seler gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g (GLU, SEL, GOR), jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.

	Podwieczorek: Galaretka mleczna 150g (MLE)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103 kcal; Białko ogółem: 84,09g; Tłuszcz: 63,74g; Kw. tł. nas.: 35,31g; Węglowodany ogółem: 314,44g; W tym cukry: 102,36g; Błonnik: 34,14g; Sól:6,77g		
04.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), banan 170g, pomidor 60g kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), pulpet z morszczuka ze szpinakiem gotowany 90g (RYB, JAJ, GLU), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, seler gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g (GLU, SEL, GOR), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009 kcal; Białko ogółem: 87,74g; Tłuszcz: 58,9g; Kw. tł. Nas.: 31,85g; Węglowodany ogółem: 297,18g; W tym cukry: 89,91g; Błonnik: 34,9g; Sól:6,7g		
04.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), banan 170g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), pulpet z morszczuka ze szpinakiem duszony 90g (RYB, JAJ, GLU), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR, JAJ), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka warzywno – owocowa z makaronem 180g (GLU, SEL, GOR), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2220 kcal; Białko ogółem: 93,52g; Tłuszcz: 72,07g; Kw. tł. nas.: 29,71g; Węglowodany ogółem: 312,5; W tym cukry: 94,28g; Błonnik: 33,26g; Sól: 5,72g		
04.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g (GLU), banan 170g, pomidor 60g kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z buraka 120g.	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), pulpet z morszczuka ze szpinakiem duszony 90g (RYB, GLU, JAJ), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR, JAJ), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z selera i ogórka kiszonego 120g (SEL, MLE).	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka warzywno – owocowa z makaronem pełnoziarnistym 180g (GLU, SEL, GOR), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2601 kcal; Białko ogółem: 97,94g; Tłuszcz: 90,08g; Kw. tł. nas.: 35,26g; Węglowodany ogółem: 372,47g; W tym cukry: 98,2g; Błonnik: 52,82g; Sól: 7,78g		
04.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), pomidor 60g, banan 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Kisiel owocowy 150g	Zupa solferino 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pieczarkowy 50ml (GLU, MLE, SEL), surówka jarzynowa 120g (GOR, JAJ), budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Galaretka mleczna 150g (MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), galaretka drobiowa z warzywami 130g (SEL), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza manna na mleku 300ml (MLE, GLU).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 3124 kcal; Białko ogółem: 131,5g; Tłuszcz: 101,39g; Kw. tł. nas.: 41,42g; Węglowodany ogółem: 440,18g; W tym cukry: 149,19g; Błonnik: 44,26g; Sól: 7,2g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
05.03.2026 Dieta podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), ogórek świeży 60g, dżem owocowy 25g, kawa z mlekiem	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, MLE), fasola po bretońsku 200g (SEL), ziemniaki 200g, jabłko świeże 200g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem

250ml (GLU, MLE).		250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2315 kcal; Białko ogółem: 108,26g; Tłuszcz: 79,68g; Kw. tł. nas.: 30,87g; Węglowodany ogółem: 310,61g; W tym cukry: 84,13g; Błonnik: 42,46g; Sól: 6,02g		
05.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), sałata 5g, dżem brzoskwiniowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, MLE, GLU), risotto drobiowe z warzywami 350g (SEL, GLU), jabłko pieczone 200g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1859 kcal; Białko ogółem: 87,75g; Tłuszcz: 58,49g; Kw. tł. nas.: 30,13g; Węglowodany ogółem: 257,67g; W tym cukry: 68,71g; Błonnik: 25,22g; Sól: 5,61g		
05.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), sałata 5g, dżem brzoskwiniowy 25g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	Zupa koperkowa 300ml (SEL, MLE, GLU), risotto drobiowe z warzywami 350g (SEL, GLU), jabłko pieczone 200g, woda*. **Podwieczorek:** Sznek drożdżowy (GLU, MLE, JAJ)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2152 kcal; Białko ogółem: 94,48g; Tłuszcz: 65,78g; Kw. tł. nas.: 33,06g; Węglowodany ogółem: 309,35g; W tym cukry: 83,45g; Błonnik: 26,05g; Sól:6,05g		
05.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), sałata 5g, dżem brzoskwiniowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, MLE, GLU), risotto drobiowe z warzywami 350g (SEL, GLU), jabłko pieczone 200g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1785 kcal; Białko ogółem: 87,67g; Tłuszcz: 50,23g; Kw. tł. nas.: 24,65g; Węglowodany ogółem: 257,59g; W tym cukry: 68,65g; Błonnik: 25,22g; Sól:5,61g		
05.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, MLE, GLU), risotto drobiowe z warzywami 350g (SEL, GLU), jabłko świeże 200g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), papryka 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1928 kcal; Białko ogółem: 94,06g; Tłuszcz: 61,2g; Kw. tł. nas.: 24,52g; Węglowodany ogółem: 263,34g; W tym cukry: 61,58g; Błonnik: 27,02g; Sól: 4,84g		
05.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z brukselki 120g (GOR)	Zupa koperkowa 300ml (SEL, MLE, GLU), risotto drobiowe z warzywami 350g (SEL, GLU), jabłko świeże 200g, woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), mix sałat z warzywami i sosem winegret 120g (GOR).	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g (GLU), papryka 60g, roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2235 kcal; Białko ogółem: 101,98g; Tłuszcz: 76,73g; Kw. tł. nas.: 29,42g ; Węglowodany ogółem: 309,19g; W tym cukry: 57,02g; Błonnik: 49,78g; Sól: 8,87g		
05.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), ogórek świeży 60g, dżem owocowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, MLE), fasola po bretońsku 200g (SEL), ziemniaki 200g, jabłko świeże 200g, woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), mix sałat z warzywami i sosem winegret 120g (GOR).	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kaszka kukurydziana na mleku 300ml (MLE).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2884 kcal; Białko ogółem: 129,73g; Tłuszcz: 100,92g; Kw. tł. nas.: 39,09g; Węglowodany ogółem: 388,76g; W tym cukry: 114,6g; Błonnik: 49,65g; Sól:8,19g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		
Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
06.03.2026 Dieta podstawowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g (JAJ), sałata 5g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), filet z morszczuka pieczony 80g (RYB), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, surówka z selera i marchwi 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa z cieciorką 180g (SEL, JAJ), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2238 kcal; Białko ogółem: 93,26g; Tłuszcz: 92,12g; Kw. tł. nas.: 35,37g; Węglowodany ogółem: 274,17g; W tym cukry: 62,45g; Błonnik: 34,71g; Sól:7,23g		
06.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajko gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane ze szpinakiem gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (SEL, GLU), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), gulasz z morszczuka z warzywami gotowany 180g (RYB, SEL, GLU), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067 kcal; Białko ogółem: 99,23g; Tłuszcz: 58,14g; Kw. tł. nas.: 30,87g; Węglowodany ogółem: 299,89g; W tym cukry: 63,7g; Błonnik: 32,21g; Sól: 6,68g		
06.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE),), jajko gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Biszkopty 30g (GLU, JAJ)	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane ze szpinakiem gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (SEL, GLU), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Serek homogenizowany waniliowy Darek 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), gulasz z morszczuka z warzywami gotowany 180g (RYB, SEL, GLU), jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2239kcal; Białko ogółem: 109,43g; Tłuszcz: 61,82g; Kw. tł. nas.: 33,23g; Węglowodany ogółem: 324,87g; W tym cukry: 73,13g; Błonnik: 30,84g; Sól: 6,64g		
06.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), białko jaja faszerowane 60g (JAJ), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane ze szpinakiem gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (SEL, GLU), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), gulasz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL, GLU), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972kcal; Białko ogółem: 95,13g; Tłuszcz:49,07g; Kw. tł. nas.: 27,54g; Węglowodany ogółem: 244,39g; W tym cukry: 69,44g; Błonnik: 24,87g; Sól: 8,43g		
06.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 30g (GOR), pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane ze szpinakiem gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (SEL, GLU), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), gulasz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL, GLU), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2176kcal; Białko ogółem: 99,83g; Tłuszcz:63,29g; Kw. tł. nas.: 25,29g; Węglowodany ogółem: 315,27g; W tym cukry: 64,03g; Błonnik: 34,53g; Sól: 7,0g		
06.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 30g (GOR),	Barszcz z warzywami 300ml (SEL, GLU, MLE), kopytka ziemniaczane ze szpinakiem gotowane 250g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), gulasz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL,

pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z fasolki 120g (JAJ)	(SEL, GLU), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z marchwi 120g (MLE)	GLU), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2448kcal; Białko ogółem: 102,29g; Tłuszcz: 71,71g; Kw. tł. nas.: 30,44g; Węglowodany ogółem: 370,10g; W tym cukry: 69,46g; Błonnik: 53,12g; Sól: 10,76g		
06.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g (JAJ), sałata 5g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Biszkopty 30g (GLU, JAJ)	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), filet z morszczuka pieczony 80g (RYB), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, surówka z selera i marchwi120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** Serek homogenizowany waniliowy Darek 150g (MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa z cieciorką 180g (SEL, JAJ), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), makaron na mleku 300ml (MLE, GLU).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2776kcal; Białko ogółem: 119,41g; Tłuszcz: 106,21g; Kw. tł. nas.: 43,39g; Węglowodany ogółem: 351,52g; W tym cukry: 92,63g; Błonnik: 36,54g; Sól: 7,67g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
07.03.2026 Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), ogórek świeży 40g, jabłko świeże 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada wieprzowo – drobiowa z włoszczyzną pieczona 90g (SEL, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), sałatka z buraka 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), sałata 5g, papryka 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2194kcal; Białko ogółem: 99,72g; Tłuszcz: 78,92g; Kw. tł. nas.: 31,42g; Węglowodany ogółem: 286,16g; W tym cukry: 78,16g; Błonnik: 32,26g; Sól: 7,45g		
07.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), roszponka 5g, jabłko pieczone 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy gotowany 90g (SEL, GLU, JAJ), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), sałata 5g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1997kcal; Białko ogółem: 98,08g; Tłuszcz: 64,89g; Kw. tł. nas.: 20,42g; Węglowodany ogółem: 267,83g; W tym cukry: 79,84g; Błonnik: 27,51g; Sól: 8,32g		
07.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE),), twaróg 80g (MLE), roszponka 5g, jabłko pieczone 200g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Kasza kukurydziana z musem owocowym 150g (MLE)	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy gotowany 90g (SEL, GLU, JAJ), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*. **Podwieczorek:** Galaretka owocowa 150g	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), sałata 5g, pomidor 60g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2098kcal; Białko ogółem: 99,41g; Tłuszcz: 64,25g; Kw. tł. nas.: 32,95g; Węglowodany ogółem: 293,45g; W tym cukry: 83,54g; Błonnik: 28,08g; Sól: 8,39g		
07.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE),), twaróg 80g (MLE), roszponka 5g, jabłko pieczone 200g, kawa z mlekiem	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy gotowany 90g (SEL, GLU, JAJ), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU,	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), sałata 5g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

250ml (GLU, MLE).	MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1923kcal; Białko ogółem: 98,0g; Tłuszcz: 56,63g; Kw. tł. nas.: 28,06g; Węglowodany ogółem: 267,75g; W tym cukry: 79,78g; Błonnik: 27,51g; Sól: 8,32g		
07.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), ogórek świeży 60g, jabłko 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy duszony 90g (SEL, GLU, JAJ), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), sałatka z buraka 120g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), sałata 5g, papryka 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2185kcal ;Białko ogółem: 104,25g; Tłuszcz: 74,44g; Kw. tł. nas.: 26,03g; Węglowodany ogółem: 288,03g; W tym cukry: 79,64g; Błonnik: 30,15g; Sól: 7,53g		
07.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), ogórek świeży 60g, jabłko 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka brokułowa 120g JAJ)	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy duszony 90g (SEL, GLU, JAJ), sos śmietanowy 50ml (SEL, GLU, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), sałatka z buraka 120g, woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), pomidor z cebulą 120g	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 50g (GLU), sałata 5g, papryka 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2430kcal; Białko ogółem: 111,44g; Tłuszcz: 85,96g; Kw. tł. nas.: 30,99g; Węglowodany ogółem: 322,4g; W tym cukry: 74,61g; Błonnik: 42,68g; Sól: 10,38g		
07.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), ogórek świeży 40g, jabłko świeże 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Kasza kukurydziana z musem owocowym 150g (MLE)	Zupa marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada wieprzowo – drobiowa z włoszczyzną pieczona 90g (SEL, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), sałatka z buraka 120g, woda*. **Podwieczorek:** Galaretka owocowa 150g	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), sałata 5g, papryka 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza jaglana na mleku 300ml (MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2634kcal; Białko ogółem: 118,76g; Tłuszcz: 88,03g; Kw. tł. nas.: 36,34g; Węglowodany ogółem: 356,47g; W tym cukry: 103,94g; Błonnik: 34,41g; Sól: 7,09g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
08.03.2026 Dieta podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), ser żółty 40g (MLE), pomidor 60g, dżem truskawkowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL)), schab pieczony 70g (GLU), sos własny 50ml (SEL, GLU), ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), rukola 5g, ogórek świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1906kcal; Białko ogółem: 89,62g; Tłuszcz: 72,96g; Kw. tł. nas.: 31,88g; Węglowodany ogółem: 233,15g; W tym cukry: 46,2g; Błonnik: 22,48g; Sól: 4,53g		
08.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, dżem truskawkowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa grysikowa 300ml (GLU), udziec drobiowy gotowany 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g (JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884kcal; Białko ogółem: 100,67g; Tłuszcz: 71,69g; Kw. tł. nas.: 32,63g; Węglowodany ogółem: 218,85g; W tym cukry: 47,38g; Błonnik: 20,05g; Sól: 6,75g		
08.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, dżem truskawkowy 25g, herbata 250ml. **II śniadanie:** kisiel owocowy 150g	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL), udziec drobiowy gotowany 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Jogurt owocowy 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g (JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), roszponka 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2002kcal; Białko ogółem: 100,72g; Tłuszcz: 67,97g; Kw. tł. nas.: 30,43g; Węglowodany ogółem: 257,62g; W tym cukry: 57,75g; Błonnik: 19,29g; Sól: 6,68g		
08.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, dżem truskawkowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL), udziec drobiowy gotowany 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g, wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), roszponka 5g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1810kcal; Białko ogółem: 100,59g; Tłuszcz: 63,43g; Kw. tł. nas.: 27,15g; Węglowodany ogółem: 218,77g; W tym cukry: 47,32g; Błonnik: 20,05g; Sól: 6,75g		
08.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Ryż na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL), udziec drobiowy duszony 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka z selera 120g (SEL, MLE, SO2), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g (JAJ), rukola 5g, ogórek świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1940kcal; Białko ogółem: 103,09g; Tłuszcz: 72,77g; Kw. tł. nas.: 25,85g; Węglowodany ogółem: 229,55g; W tym cukry: 39,11g; Błonnik: 24,98g; Sól: 5,66g		
08.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g (GLU), sałata 5g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z brukselki 120g (JAJ)	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL), udziec drobiowy duszony 110g, sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka z selera 120g (SEL, MLE, SO2), woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z kiszonej kapusty 120g	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja i warzyw 60g (JAJ), rukola 5g, ogórek świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2196kcal; Białko ogółem: 108,95g; Tłuszcz: 84,86g; Kw. tł. nas.: 30,48g; Węglowodany ogółem: 270,14g; W tym cukry: 36,67g; Błonnik: 46,18g; Sól: 8,25g		
08.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), ser żółty 40g (MLE), pomidor 60g, dżem truskawkowy 25g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Kisiel owocowy 150g	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL), schab pieczony 70g (GLU), sos własny 50ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 120g, woda*. **Podwieczorek:** Jogurt owocowy 150g (MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), rukola 5g, ogórek świeży 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370kcal; Białko ogółem: 107,73g; Tłuszcz: 80,06g; Kw. tł. nas.: 35,35g; Węglowodany ogółem: 316,04g; W tym cukry: 78,85g; Błonnik: 24,23g; Sól: 4,84g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
09.03.2026 Dieta podstawowa		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa szpinakowa z kalafiorem 300ml (SEL, GLU, MLE), makaron z twarogiem i sosem śmietanowo – owocowym 330g (GLU. MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), leczo wieprzowe z warzywami 180g (SEL, GLU), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2180kcal; Białko ogółem: 101,21g; Tłuszcz: 85,87g; Kw. tł. nas.: 37,22g; Węglowodany ogółem: 263,37g; W tym cukry: 68,26g; Błonnik: 25,43g; Sól: 6,15g		
09.03.2026 Dieta łatwostrawna		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa szpinakowa 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada z morszczuka gotowana 90g (RYB, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa 180g, kefir naturalny 200g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085kcal; Białko ogółem: 98,82g; Tłuszcz: 72,02g; Kw. tł. nas.: 34,35g; Węglowodany ogółem: 276,55g; W tym cukry: 72,01g; Błonnik: 34,95g; Sól: 9,55g		
09.03.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, herbata 250ml. **II śniadanie:** Galaretka mleczna 150g	Zupa szpinakowa 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada z morszczuka gotowana 90g (RYB, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*. **Podwieczorek:** Biszkopty 30g	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (SEL, JAJ), jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1987kcal; Białko ogółem: 92,45g; Tłuszcz: 63,35g; Kw. tł. nas.: 28,59g; Węglowodany ogółem: 279,78g; W tym cukry: 68,52g; Błonnik: 34,27g; Sól: 8,09g		
09.03.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta drobiowa 30g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa szpinakowa 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada z morszczuka gotowana 90g (RYB, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (SEL, JAJ), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011kcal; Białko ogółem: 99,74g; Tłuszcz: 63,76g; Kw. Tł. Nas.: 28,87g; Węglowodany ogółem: 276,47g; W tym cukry: 71,95g; Błonnik: 34,95g; Sól: 9,55g		
09.03.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa szpinakowa 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada z morszczuka duszona 90g (RYB, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (SEL, JAJ), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2277kcal; Białko ogółem: 100,56g; Tłuszcz: 84,36g; Kw. tł. nas.: 27,28g; Węglowodany ogółem: 296,93g; W tym cukry: 73,2g; Błonnik: 38,75g; Sól: 9,02g		
09.03.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g (GLU), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa szpinakowa 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada z morszczuka duszona 90g (RYB, GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (SEL, JAJ), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

II śniadanie: Galaretka mleczna 150g (MLE)	**Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z marchwi 120g (MLE)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2573kcal; Białko ogółem: 104,56g; Tłuszcz: 91,99g; Kw. tł. nas.: 31,86g; Węglowodany ogółem: 356,96g; W tym cukry: 87,23g; Błonnik: 56,29g; Sól: 13,08g		
09.03.2026 Dieta podstawowa – dla kobiet w ciąży i w okresie laktacji		
Kasza jęczmienna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Galaretka mleczna 150g (MLE)	Zupa szpinakowa 300ml (SEL, GLU, MLE), makaron z twarogiem i sosem śmietanowo – owocowym 330g (GLU, MLE), woda*. **Podwieczorek:** Biszkopty 30g (GLU JAJ)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), leczo wieprzowe z warzywami 180g (SEL, GLU), kefir naturalny 200g (MLE), kawa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza manna na mleku 300ml (MLE, GLU).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2538kcal; Białko ogółem: 117,53g; Tłuszcz: 93,75g; Kw. tł. nas.: 41,19g; Węglowodany ogółem: 318,88g; W tym cukry: 84,45g; Błonnik: 25,93g; Sól: 6,52g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		
Chojnice, 18.02.2026		Sporządziła: dietetyk Zuzanna Klunder

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych.