Jadłospisy na okres 19.04. - 28.04.2026

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 19.04.2026 Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 30g (GOR), ogórek kiszony 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Ryżanka 300ml (SEL), udziec z kurczaka pieczony 110g, sos własny 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem 120g (MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), rukola 5g, papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1961kcal; Białko ogółem: 92,84g; Tłuszcz: 74,83g; Kw. tł. nas.: 30,75g; Węglowodany ogółem: 242,4g; W tym cukry: 49,98g; Błonnik: 30,2g; Sól: 4,63g		
Niedziela, 19.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Ryżanka 300ml (SEL), schab gotowany 70g, sos własny 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), twaróg 40g (MLE), sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1795kcal; Białko ogółem: 86,01g; Tłuszcz: 68,19g; Kw. tł. nas.: 33,01g; Węglowodany ogółem: 220,86g; W tym cukry: 44,71g; Błonnik: 26,15g; Sól: 4,99g		
Niedziela, 19.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** kisiel z jabłkiem 150g	Ryżanka 300ml (SEL), schab gotowany 70g, sos własny 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** kaszka manna z musem owocowym 150g (MLE, GLU)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), twaróg 40g (MLE), sałata 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1998kcal; Białko ogółem: 88,48g; Tłuszcz: 68,2g; Kw. tł. nas.: 32,54g; Węglowodany ogółem: 271,96g; W tym cukry: 65,23g; Błonnik: 29,8g; Sól: 6,04g		
Niedziela, 19.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Ryżanka 300ml (SEL), schab gotowany 70g, sos własny 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), twaróg 40g (MLE), sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1721kcal; Białko ogółem: 85,93g; Tłuszcz: 59,93g; Kw. tł. nas.: 27,53g; Węglowodany ogółem: 220,78g; W tym cukry: 44,65g; Błonnik: 26,15g; Sól: 4,99g		
Niedziela, 19.04.2026 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 kiszony 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Ryżanka 300ml (SEL), schab duszony 70g, sos własny 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), twaróg 40g (MLE), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1945kcal; Białko ogółem: 91,94g; Tłuszcz: 73,54g; Kw. tł. nas.: 25,46g; Węglowodany ogółem: 240,26g; W tym cukry: 48,82g; Błonnik: 28,69g; Sól: 4,16g		
Niedziela, 19.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g	Ryżanka 300ml (SEL), schab duszony 70g, sos własny 50ml	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g

(MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g (GLU), ogórek kiszony 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z fasolki szparagowej 120g (GOR)	(GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), mix sałat z warzywami, nasionami słonecznika, pestkami dyni, z sosem winegret 120g (GOR)	(MLE), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), twaróg 40g (MLE), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna:2212 kcal; Białko ogółem: 94,94g; Tłuszcz: 86,22g; Kw. tł. nas.:30 g; Węglowodany ogółem: 282,37g; W tym cukry: 42,52g; Błonnik: 43,43g; Sól: 6,1g		
Niedziela, 19.04.2026 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), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 30g (GOR), ogórek kiszony 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** kisiel z jabłkiem 150g	Ryżanka 300ml (SEL, GLU, MLE), udziec z kurczaka pieczony 110g, sos własny 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** kaszka manna z musem owocowym 150g (MLE, GLU)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), rukola 5g, papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza jaglana na mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2503kcal; Białko ogółem: 113,02g; Tłuszcz: 84,59g; Kw. tł. nas.: 35,79g; Węglowodany ogółem: 338,19g; W tym cukry: 92,58g; Błonnik: 35,43g; Sól: 6,06g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
Poniedziałek, 20.04.2026 Dieta podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (SEL, GLU), makaron z twarogiem i sosem owocowo-śmietanowym 330g (GLU, MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), galaretka z morszczuka z warzywami 130g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033kcal; Białko ogółem: 97,64g; Tłuszcz: 66,95g; Kw. tł. nas.: 32,07g; Węglowodany ogółem: 270,51g; W tym cukry: 61,97g; Błonnik: 23,27g; Sól: 4,03g		
Poniedziałek, 20.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz z morszczuka z warzywami gotowany 180g (RYB, SEL), ziemniaki 200g, jabłko pieczone 200g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (JAJ, GOR, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1917kcal; Białko ogółem: 87,09g; Tłuszcz: 58,9g; Kw. tł. nas.: 29,49g; Węglowodany ogółem: 277,61g; W tym cukry: 75,56g; Błonnik: 38,1g; Sól: 6,25g		
Poniedziałek, 20.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** galaretka mleczna 150g (MLE)	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz z morszczuka z warzywami gotowany 180g (RYB, SEL), ziemniaki 200g, jabłko pieczone 200g, woda*. **Podwieczorek:** babka drożdżowa 80g (GLU, JAJ, MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (JAJ, GOR, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2081kcal; Białko ogółem: 89,84g; Tłuszcz: 62,88g; Kw. tł. nas.: 30,88g; Węglowodany ogółem: 308,24g; W tym cukry: 76,48g; Błonnik: 38,52g; Sól: 6,52g		
Poniedziałek, 20.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz z morszczuka z	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka jarzynowa

(MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	warzywami gotowany 180g (RYB, SEL), ziemniaki 200g, jabłko pieczone 200g, woda*.	180g (JAJ, GOR, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1843kcal; Białko ogółem: 87,01g; Tłuszcz: 50,4g; Kw. tł. nas.: 24,01g; Węglowodany ogółem: 277,53g; W tym cukry: 75,5g; Błonnik: 38,1g; Sól: 6,25g		
Poniedziałek, 20.04.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz z morszczuka z warzywami gotowany 180g (RYB, SEL), ziemniaki 200g, jabłko pieczone 200g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (JAJ, GOR, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2067kcal; Białko ogółem: 92,46g; Tłuszcz: 67,42g; Kw. tł. nas.: 24,7g; Węglowodany ogółem: 291,23g; W tym cukry: 74,89g; Błonnik: 39,89g; Sól: 5,6g		
Poniedziałek, 20.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z buraka i groszku 120g (GOR)	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz z morszczuka z warzywami gotowany 180g (RYB, SEL), ziemniaki 200g, jabłko pieczone 200g, woda*. **Podwieczorek:** galaretka mleczna 150g (MLE)	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), sałatka jarzynowa 180g (JAJ, GOR, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171kcal; Białko ogółem: 94,5g; Tłuszcz: 71,64g; Kw. tł. nas.: 26,7g; Węglowodany ogółem: 311,01g; W tym cukry: 77,68g; Błonnik: 50,93g; Sól: 7,15g		
Poniedziałek, 20.04.2026 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), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** galaretka mleczna 150g (MLE)	Zupa jarzynowa 300ml (SEL, GLU), makaron z twarogiem i sosem owocowo-śmietanowym 330g (GLU, MLE), woda*. **Podwieczorek:** babka drożdżowa 80g (GLU, JAJ, MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), galaretka z morszczuka z warzywami 130g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2543kcal; Białko ogółem: 118,45g; Tłuszcz: 81,75g; Kw. tł. nas.: 39,13g; Węglowodany ogółem: 345,26g; W tym cukry: 85,17g; Błonnik: 26,2g; Sól: 4,68g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 21.04.2026 Dieta podstawowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), ogórek świeży 60g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada wieprzowo-drobiowa pieczona 100g (GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), papryka świeża 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2011kcal; Białko ogółem: 100,38g; Tłuszcz: 73,53g; Kw. tł. nas.: 31,32g; Węglowodany ogółem: 248,91g; W tym cukry: 69,17g; Błonnik: 26,16g; Sól: 5,43g		
Wtorek, 21.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajo	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), pieczeń drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor

gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	(GLU, JAJ, SEL), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, seler gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1710kcal; Białko ogółem: 89,48g; Tłuszcz: 57,61g; Kw. tł. nas.: 30,35g; Węglowodany ogółem:223,2 g; W tym cukry: 53,73g; Błonnik: 28,7g; Sól: 6,53g		
Wtorek, 21.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), roszponka 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** biszkopty 30g (GLU, JAJ)	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), pieczeń drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g (GLU, JAJ, SEL), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, seler gotowany 120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1850kcal; Białko ogółem: 91,95g; Tłuszcz: 58,21g; Kw. tł. nas.: 29,76g; Węglowodany ogółem: 254,72g; W tym cukry: 64,66g; Błonnik: 28,45g; Sól: 6,62g		
Wtorek, 21.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), jajo faszerowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), pieczeń drobiowa z włoszczyzną gotowana 100g (GLU, JAJ, SEL), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, seler gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1615kcal; Białko ogółem: 91,8g; Tłuszcz: 44,92g; Kw. tł. nas.: 23,44g; Węglowodany ogółem: 225,91g; W tym cukry: 54,95g; Błonnik: 30,04g; Sól: 6,62g		
Wtorek, 21.04.2026 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 drobiowa 60g (GOR), ogórek świeży 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), pieczeń drobiowa z włoszczyzną duszona 100g (GLU, JAJ, SEL), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka z selera 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), papryka świeża 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1823kcal; Białko ogółem: 96,01g; Tłuszcz: 58,86g; Kw. tł. nas.: 23,6g; Węglowodany ogółem: 241,64g; W tym cukry: 57,18g; Błonnik: 30g; Sól: 5,73g		
Wtorek, 21.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), ogórek świeży 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), pomidor z cebulą 120g	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), pieczeń drobiowa z włoszczyzną duszona 100g (GLU, JAJ, SEL), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka z selera 120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), pasta z groszku 30g (GOR), ogórek kiszony 30g	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 50g (GLU), papryka świeża 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2032kcal; Białko ogółem: 98,87g; Tłuszcz: 67,51g; Kw. tł. nas.: 27,25g; Węglowodany ogółem: 278,46g; W tym cukry: 50,77g; Błonnik: 43,72g; Sól: 7,64g		
Wtorek, 21.04.2026 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), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), ogórek świeży 60g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz zabielany 300ml (SEL, GLU, MLE), rolada wieprzowo-drobiowa pieczona 100g (GLU, JAJ), sos ziołowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), papryka świeża 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), ryż na mleku 300ml (MLE)

II śniadanie: biszkopty 30g (GLU, JAJ)	**Podwieczorek:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2482kcal; Białko ogółem: 119,8g; Tłuszcz: 83,4g; Kw. tł. nas.: 36,14g; Węglowodany ogółem: 325,25g; W tym cukry: 97,52g; Błonnik: 27,38g; Sól: 5,9g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Środa, 22.04.2026 Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), pomidor 60g, jabłko świeże 200g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz wieprzowo-drobiowy z warzywami duszony 150g (SEL), kasza jęczmienna 200g (GLU), ćwikła 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2303kcal; Białko ogółem: 98,79g; Tłuszcz: 93,80g; Kw. tł. nas.: 34,99g; Węglowodany ogółem: 280,76g; W tym cukry: 78,92g; Błonnik: 33,48g; Sól: 4,6g		
Środa, 22.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g (SEL), buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001kcal; Białko ogółem: 99,16g; Tłuszcz: 65,84g; Kw. tł. nas.: 35,79g; Węglowodany ogółem: 264,06g; W tym cukry: 73g; Błonnik: 24,34g; Sól: 5,21g		
Środa, 22.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, dżem owocowy 25g, herbata 250ml. **II śniadanie:** serek waniliowy „Darek" 150g (MLE)	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g (SEL), buraki puree 120g, woda*. **Podwieczorek:** jabłko pieczone 200g	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2156kcal; Białko ogółem: 103,98g; Tłuszcz: 69,12g; Kw. tł. nas.: 37,85g; Węglowodany ogółem: 293,12g; W tym cukry: 100,2g; Błonnik: 27,56g; Sól: 5,32g		
Środa, 22.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g (SEL), buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1927kcal; Białko ogółem: 99,08g; Tłuszcz: 57,58g; Kw. tł. nas.: 30,31g; Węglowodany ogółem: 263,98g; W tym cukry: 72,94g; Błonnik: 24,34g; Sól: 5,21g		
Środa, 22.04.2026 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), pomidor 60g, jabłko świeże 200g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), risotto drobiowe z warzywami gotowane 300g (SEL), sałatka z buraczka 120g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2164kcal; Białko ogółem: 105,59g; Tłuszcz: 70,04g; Kw. tł. nas.: 27,81g; Węglowodany ogółem: 291,04g; W tym cukry: 83,26g; Błonnik: 29,75g; Sól: 4,44g		
Środa, 22.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), risotto drobiowe	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g

(MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, jabłko świeże 200g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z fasolki szparagowej 120g (GOR)	z warzywami gotowane 300g (SEL), sałatka z buraczka 120g, woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z marchwi 120g (MLE)	(MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g (GLU), sałata 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2409kcal; Białko ogółem: 108,31g; Tłuszcz: 77,06g; Kw. tł. nas.: 32,91g; Węglowodany ogółem: 341,01g; W tym cukry: 85,49g; Błonnik: 47,11g; Sól: 6,26g		
Środa, 22.04.2026 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), pasta z jaja 60g (JAJ, GOR), pomidor 60g, jabłko świeże 200g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** serek waniliowy „Darek" 150g (MLE)	Zupa koperkowa 300ml (SEL, GLU, MLE), gulasz wieprzowo-drobiowy z warzywami duszony 150g (SEL), kasza jęczmienna 200g (GLU), ćwikła 120g, woda*. **Podwieczorek:** chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), pasta drobiowa 30g (GOR), roszponka 5g	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza jaglana na mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2876kcal; Białko ogółem: 131,18g; Tłuszcz: 112,4g; Kw. tł. nas.: 46,06g; Węglowodany ogółem: 352,05g; W tym cukry: 111,39g; Błonnik: 37,59g; Sól: 5,52g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie **II śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja**
Czwartek, 23.04.2026 Dieta podstawowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), ser żółty 40g (MLE), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Krupnik 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń wieprzowo-drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka z marchwi 120g (MLE), 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 zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122kcal; Białko ogółem: 99,52g; Tłuszcz: 81,68g; Kw. tł. nas.: 36,37g; Węglowodany ogółem: 260,62g; W tym cukry: 50,24g; Błonnik: 29,08g; Sól: 6,07g		
Czwartek, 23.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos śmietanowy 50ml (MLE, SEL, GLU), ziemniaki 200g, seler ze szpinakiem gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja 60g (GOR, JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1827kcal; Białko ogółem: 91,48g; Tłuszcz: 63,56g; Kw. tł. nas.: 32,42g; Węglowodany ogółem: 236,56g; W tym cukry: 44,44g; Błonnik: 28,71g; Sól: 6,9g		
Czwartek, 23.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** galaretka owocowa 150g	Marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos śmietanowy 50ml (MLE, SEL, GLU), ziemniaki 200g, seler ze szpinakiem gotowany 120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), pasta z jaja 60g (GOR, JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), roszponka 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1928kcal; Białko ogółem: 92,72g; Tłuszcz: 62,85g; Kw. tł. nas.: 31,83g; Węglowodany ogółem: 262,49g; W tym cukry: 50,38g; Błonnik: 29,01g; Sól: 6,97g		

Czwartek, 23.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos śmietanowy 50ml (MLE, SEL, GLU), ziemniaki 200g, seler ze szpinakiem gotowany 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja 60g (GOR, JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1753kcal; Białko ogółem: 91,4g; Tłuszcz: 55,3g; Kw. tł. nas.: 26,94g; Węglowodany ogółem: 236,48g; W tym cukry: 44,38g; Błonnik: 28,71g; Sól: 6,9g		
Czwartek, 23.04.2026 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 – udko z kurczaka 40g (GLU), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos śmietanowy 50ml (MLE, SEL, GLU), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja 60g (GOR, JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1972kcal; Białko ogółem: 97,59g; Tłuszcz: 68,69g; Kw. tł. nas.: 24,84g; Węglowodany ogółem: 253,45g; W tym cukry: 50,13g; Błonnik: 27,35g; Sól: 5,92g		
Czwartek, 23.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g (GLU), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka brokułowa 120g (GOR)	Marchwianka 300ml (SEL, GLU, MLE), zrazik drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos śmietanowy 50ml (MLE, SEL, GLU), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), mix sałat z warzywami, nasionami słonecznika, pestkami dyni i z sosem winegret 120g (GOR)	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), pasta z jaja 60g (GOR, JAJ), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2197kcal; Białko ogółem: 100,59g; Tłuszcz: 81,17g; Kw. tł. nas.: 29,27g; Węglowodany ogółem: 286,16g; W tym cukry: 43,54g; Błonnik: 41,79g; Sól: 7,98g		
Czwartek, 23.04.2026 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), ser żółty 40g (MLE), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** galaretka owocowa 150g	Krupnik 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń wieprzowo-drobiowy pieczony 100g (GLU, JAJ), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka z marchwi 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** kaszka kukurydziana z musem owocowym 150g (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 zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), ryż na mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2578kcal; Białko ogółem: 117,85g; Tłuszcz: 90,2g; Kw. tł. nas.: 41,19g; Węglowodany ogółem: 337,01g; W tym cukry: 78,29g; Błonnik: 30,88g; Sól: 6,52g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Piątek, 24.04.2026 Dieta podstawowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g,	Solferino 300ml (SEL), filet z morszczuka pieczony 80g (RYB), sos ziołowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa z cieciorką 180g (JAJ, SEL, GOR), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).		zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2169kcal; Białko ogółem: 100,83g; Tłuszcz: 83,67g; Kw. tł. nas.: 32,76g; Węglowodany ogółem: 267,76g; W tym cukry: 60,83g; Błonnik: 33,83 g; Sól: 4,71g		
Piątek, 24.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (SEL), kopytka ziemniaczane gotowane 200g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (GLU, MLE, SEL), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), paprykarz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108kcal; Białko ogółem: 98,95g; Tłuszcz: 59,21g; Kw. tł. nas.: 30,55g; Węglowodany ogółem: 305,81g; W tym cukry: 55,73g; Błonnik: 27,62g; Sól: 5,13g		
Piątek, 24.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	Zupa jarzynowa 300ml (SEL), kopytka ziemniaczane gotowane 200g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (GLU, MLE, SEL), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** biszkopty 30g (JAJ, GLU)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), paprykarz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248kcal; Białko ogółem: 101,42g; Tłuszcz: 59,91g; Kw. tł. nas.: 29,96g; Węglowodany ogółem: 337,33g; W tym cukry: 66,66g; Błonnik: 27,36g; Sól: 5,22g		
Piątek, 24.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (SEL), kopytka ziemniaczane gotowane 200g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (GLU, MLE, SEL), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), paprykarz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2034kcal; Białko ogółem: 98,87g; Tłuszcz: 50,95g; Kw. tł. nas.: 25,07g; Węglowodany ogółem: 305,73g; W tym cukry: 55,67g; Błonnik: 27,62g; Sól: 5,13g		
Piątek, 24.04.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa jarzynowa 300ml (SEL), kopytka ziemniaczane gotowane 200g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (GLU, MLE, SEL), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), paprykarz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2200kcal; Białko ogółem: 104,67g; Tłuszcz: 61,69g; Kw. tł. nas.: 24,89g; Węglowodany ogółem: 317,79g; W tym cukry: 56,9g; Błonnik: 28,86g; Sól: 4,35g		
Piątek, 24.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z brukselki 120g (GOR)	Zupa jarzynowa 300ml (SEL), kopytka ziemniaczane gotowane 200g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50ml (GLU, MLE, SEL), galaretka mleczna 150g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z selera 120g (SEL, MLE)	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), paprykarz z morszczuka z warzywami 180g (RYB, SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2476kcal; Białko ogółem: 110,45g; Tłuszcz: 71,43g; Kw. tł. nas.: 30,58g; Węglowodany ogółem: 370,44g; W tym cukry: 53,71g; Błonnik: 52,44g; Sól: 6,2g		
Piątek, 24.04.2026 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), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Solferino 300ml (SEL), filet z morszczuka pieczony 80g (RYB), sos ziołowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g (GOR), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), sałatka jarzynowa z cieciorką 180g (JAJ, SEL, GOR), jogurt naturalny 150g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza kukurydziana na

II śniadanie: budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	**Podwieczorek:** biszkopty 30g (JAJ, GLU)	mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2643kcal; Białko ogółem: 120,28g; Tłuszcz: 93,72g; Kw. tł. nas.: 37,53g; Węglowodany ogółem: 346,07g; W tym cukry: 93,81g; Błonnik: 36,95g; Sól: 5,18g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Sobota, 25.04.2026 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 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), paluszek wieprzowo-drobiowy pieczony 100g (JAJ, GLU), sos koperkowy 50ml (GLU, SEL, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), sałatka z buraka 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2187kcal; Białko ogółem: 98,17g; Tłuszcz: 89,71g; Kw. tł. nas.: 34,44g; Węglowodany ogółem: 261,55g; W tym cukry: 55,4g; Błonnik: 32,28g; Sól: 5,91g		
Sobota, 25.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos koperkowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, marchewka gotowana 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1825kcal; Białko ogółem: 95,24g; Tłuszcz: 62,32g; Kw. tł. nas.: 36,43g; Węglowodany ogółem: 236,99g; W tym cukry: 50,87g; Błonnik: 32,09g; Sól: 6,71g		
Sobota, 25.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** kisiel owocowy z jogurtem naturalnym 150g (MLE)	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos koperkowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, marchewka gotowana 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** ryż mleczny z cynamonem 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), sałata 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2027kcal; Białko ogółem: 95,26g; Tłuszcz: 63,27g; Kw. tł. nas.: 34,06g; Węglowodany ogółem: 287,17g; W tym cukry: 68,68g; Błonnik: 32,82g; Sól: 6,78g		
Sobota, 25.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos koperkowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, marchewka gotowana 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), jajo faszerowane 1 szt. (JAJ), pasta drobiowa 60g (GOR), sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1730kcal; Białko ogółem: 97,56g; Tłuszcz: 49,63g; Kw. tł. nas.: 26,52g; Węglowodany ogółem: 239,7g; W tym cukry: 52,09g; Błonnik: 33,42g; Sól: 6,8g		
Sobota, 25.04.2026 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 – krakowska 40g (GLU), ogórek świeży 60g, roszponka 5g,	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy z włoszczyzną duszony 100g (GLU, JAJ, SEL), sos koperkowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g,	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 60g (GOR), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU,

kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	sałatka z buraka 120g (MLE), woda*.	MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1985kcal; Białko ogółem: 97,76g; Tłuszcz: 68,59g; Kw. tł. nas.: 25,5g; Węglowodany ogółem: 259,88g; W tym cukry: 57,9g; Błonnik: 33,76g; Sól: 5,96g		
Sobota, 25.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 50g (GLU), ogórek świeży 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z fasolki szparagowej 120g (GOR)	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), budyń drobiowy z włoszczyzną duszony 100g (GLU, JAJ, SEL), sos koperkowy 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, sałatka z buraka 120g (MLE), 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), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 60g (GOR), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231kcal; Białko ogółem: 101,1g; Tłuszcz: 75,57g; Kw. tł. nas.: 30,41g; Węglowodany ogółem: 309,75g; W tym cukry: 75,46g; Błonnik: 51,12g; Sól: 8,2g		
Sobota, 25.04.2026 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 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** kisiel owocowy z jogurtem naturalnym 150g (MLE)	Zupa selerowa 300ml (SEL, GLU, MLE), paluszek wieprzowo-drobiowy pieczony 100g (JAJ, GLU), sos koperkowy 50ml (GLU, SEL, MLE), kasza jęczmienna 200g (GLU), sałatka z buraka 120g, woda*. **Podwieczorek:** ryż mleczny z cynamonem 150g (MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pasta z groszku 30g (GOR), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza manna na mleku 300ml (GLU, MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2711kcal; Białko ogółem: 115,01g; Tłuszcz: 99,94g; Kw. tł. nas.: 40,47; Węglowodany ogółem: 353,86g; W tym cukry: 95,28g; Błonnik: 34,29g; Sól: 6,36g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Niedziela, 26.04.2026 Dieta podstawowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), schab pieczony 70g, sos własny 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka z selera 120g (MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), ogórek kiszony 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1907kcal; Białko ogółem: 91,98g; Tłuszcz: 65,96g; Kw. tł. nas.: 29,28g; Węglowodany ogółem: 247,44g; W tym cukry: 48,95g; Błonnik: 25,01g; Sól: 4,06g		
Niedziela, 26.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), udziec z kurczaka gotowany 110g, sos własny 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1714kcal; Białko ogółem: 87,33g; Tłuszcz: 55,28g; Kw. tł. nas.: 30,82g; Węglowodany ogółem: 226,53g; W tym cukry: 48,2g; Błonnik: 20,04g; Sól: 4,93g		
Niedziela, 26.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g,	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), udziec z kurczaka gotowany 110g, sos własny 50ml (SEL, GLU,	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, roszponka 5g, herbata 250ml.

dżem owocowy 25g, herbata 250ml. **II śniadanie:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	MLE), ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** jabłko pieczone 200g	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816kcal; Białko ogółem: 87,16g; Tłuszcz: 55,37g; Kw. tł. nas.: 30,31g; Węglowodany ogółem: 254,71g; W tym cukry: 73,84g; Błonnik: 23,37g; Sól: 5,06g		
Niedziela, 26.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), udziec z kurczaka gotowany 110g, sos własny 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, bukiet warzyw 120g (MLE), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1640kcal; Białko ogółem: 87,25g; Tłuszcz: 47,02g; Kw. tł. nas.: 25,34g; Węglowodany ogółem: 226,45g; W tym cukry: 48,14g; Błonnik: 20,04g; Sól: 4,96g		
Niedziela, 26.04.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Ryż na mleku 300ml (MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), sałata 5g, papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), udziec z kurczaka duszony 110g, sos własny 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), ogórek kiszony 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1844kcal; Białko ogółem: 97,31g; Tłuszcz: 60,82g; Kw. tł. nas.: 23,33g; Węglowodany ogółem: 236,36g; W tym cukry: 43,9g; Błonnik: 22,34g; Sól: 4,6g		
Niedziela, 26.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 50g (GLU), sałata 5g, papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), pomidor z cebulą z sosem ziołowym 120g	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), udziec z kurczaka duszony 110g, sos własny 50ml (SEL, GLU, MLE), ziemniaki 200g, surówka jarzynowa 120g, woda*. **Podwieczorek:** kisiel z jabłek z jogurtem naturalnym 150g (MLE)	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 20g (GLU), ogórek kiszony 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1922kcal; Białko ogółem: 95,19g; Tłuszcz: 62,13g; Kw. tł. nas.: 24,32g; Węglowodany ogółem: 258,78g; W tym cukry: 49,45g; Błonnik: 32,53g; Sól: 5,68g		
Niedziela, 26.04.2026 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), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, dżem owocowy 25g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** budyń śmietankowy z musem owocowym 150g (MLE)	Rosół z makaronem 300ml (SEL, GLU), schab pieczony 70g, sos własny 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, surówka z selera 120g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** jabłko świeże 200g	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – szynka konserwowa 40g (GLU), ogórek kiszony 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza jaglana na mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372kcal; Białko ogółem: 109,66g; Tłuszcz: 75,86g; Kw. tł. nas.: 34,28g; Węglowodany ogółem: 325,95g; W tym cukry: 101,36g; Błonnik: 29,94g; Sól: 4,94g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Poniedziałek, 27.04.2026 Dieta podstawowa		

Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), ser żółty 40g (MLE), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa szpinakowa z kalafiorem 300ml (SEL), kaszanka z cebulą 160g (GLU), ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 120g, woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), papryka świeża 60g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2425kcal; Białko ogółem: 107,23g; Tłuszcz: 112,46g; Kw. tł. nas.: 41,49g; Węglowodany ogółem: 261,22g; W tym cukry: 50,5g; Błonnik: 25,73g; Sól: 5,39g		
Poniedziałek, 27.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz z warzywami 300ml (SEL), ryż mleczny z musem jabłkowym i sosem waniliowym 300g (MLE, SO_2), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), leczo z mięsem drobiowym i warzywami 180g (SEL), kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059kcal; Białko ogółem: 89,39g; Tłuszcz: 62,99g; Kw. tł. nas.: 35,24g; Węglowodany ogółem: 295,82g; W tym cukry: 102,38g; Błonnik: 27,2g; Sól: 6,11g		
Poniedziałek, 27.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** biszkopty 30g (GLU, JAJ)	Barszcz z warzywami 300ml (SEL), ryż mleczny z musem jabłkowym i sosem waniliowym 300g (MLE, SO_2), woda*. **Podwieczorek:** galaretka mleczna 150g (MLE)	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), leczo z mięsem drobiowym i warzywami 180g (SEL), jogurt naturalny 150g (MLE), herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2094kcal; Białko ogółem: 88,93g; Tłuszcz: 60,92g; Kw. tł. nas.: 33,22g; Węglowodany ogółem: 310,09g; W tym cukry: 94,6g; Błonnik: 26,81g; Sól: 6,15g		
Poniedziałek, 27.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), pomidor 60g, roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz z warzywami 300ml (SEL), ryż mleczny z musem jabłkowym i sosem waniliowym 300g (MLE, SO_2), woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), leczo z mięsem drobiowym i warzywami 180g (SEL), kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1985kcal; Białko ogółem: 89,13g; Tłuszcz: 54,73g; Kw. tł. nas.: 29,76g; Węglowodany ogółem: 295,74g; W tym cukry: 102,32g; Błonnik: 27,2g; Sól: 6,11g		
Poniedziałek, 27.04.2026 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 – udko z kurczaka 40g (GLU), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Barszcz z warzywami 300ml (SEL), ryż mleczny z musem jabłkowym i sosem waniliowym 300g (MLE, SO_2), woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), leczo z mięsem drobiowym i warzywami 180g (SEL), kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2148kcal; Białko ogółem: 95,02g; Tłuszcz: 65,42g; Kw. tł. nas.: 29,57g; Węglowodany ogółem: 307,16g; W tym cukry: 101,06g; Błonnik: 28,02g; Sól: 5,34g		
Poniedziałek, 27.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 50g (GLU), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z brukselki 120g (GOR)	Barszcz z warzywami 300ml (SEL), ryż brązowy 200g, sos pieczarkowy 50ml (SEL, MLE, GLU), surówka z kiszonej kapusty 120g, galaretka mleczna 150g (MLE), woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), pasta drobiowa 30g (GOR), papryka świeża 30g	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), leczo z mięsem drobiowym i warzywami 180g (SEL), kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268kcal; Białko ogółem: 106,15g; Tłuszcz: 75,34g; Kw. tł. nas.: 29,83g; Węglowodany ogółem: 315,42; W tym cukry:59,34; Błonnik: 52,28; Sól: 6,15		
Poniedziałek, 27.04.2026 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), ser żółty 40g (MLE), ogórek świeży 60g, rukola 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** biszkopty 30g (GLU, JAJ)	Zupa szpinakowa z kalafiorem 300ml (SEL), kaszanka z cebulą 160g (GLU), ziemniaki 200g, surówka z kiszonej kapusty 120g, woda*. **Podwieczorek:** galaretka mleczna 150g (MLE)	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – udko z kurczaka 40g (GLU), papryka świeża 60g, kefir naturalny 200g (MLE), kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza kukurydziana na mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2804kcal; Białko ogółem: 124,1g; Tłuszcz: 120,75g; Kw. tł. nas.: 45,42g; Węglowodany ogółem: 322,38g; W tym cukry: 66,67g; Błonnik: 28,52g; Sól: 5,76g		
* woda pitna dostępna na oddziałach		

Śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja
Wtorek, 28.04.2026 Dieta podstawowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), ogórek kiszony 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Zupa fasolowa 300ml (SEL), pulpet z morszczuka pieczony ze szpinakiem pieczony 100g (RYB, JAJ, GLU), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ryż biały 200g, surówka z marchwi i selera 120g (SEL, MLE), woda*.	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pomidor 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2318kcal; Białko ogółem: 118,52g; Tłuszcz: 85,12g; Kw. tł. nas.: 36,55g; Węglowodany ogółem: 284,21g; W tym cukry: 45,31g; Błonnik: 33,33g; Sól: 6,3g		
Wtorek, 28.04.2026 Dieta łatwostrawna		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Solferino 300ml (SEL), pulpet drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1884kcal; Białko ogółem: 104,71g; Tłuszcz: 59,85g; Kw. tł. nas.: 32,63g; Węglowodany ogółem: 242,64g; W tym cukry: 56,7g; Błonnik: 24,66g; Sól: 6,45g		
Wtorek, 28.04.2026 Dieta łatwostrawna – dzieci		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, herbata 250ml. **II śniadanie:** kaszka manna z musem owocowym 150g (MLE, GLU)	Solferino 300ml (SEL), pulpet drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*. **Podwieczorek:** kisiel z jabłek 150g	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 15g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), roszponka 5g, herbata 250ml.
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087kcal; Białko ogółem: 107,18g; Tłuszcz: 59,86g; Kw. tł. nas.: 32,16g; Węglowodany ogółem: 293,74g; W tym cukry: 77,22g; Błonnik: 28,31g; Sól: 7,5g		
Wtorek, 28.04.2026 Dieta niskotłuszczowa		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Solferino 300ml (SEL), pulpet drobiowy z włoszczyzną gotowany 100g (GLU, JAJ, SEL), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb pszenny 72g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), roszponka 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1789kcal; Białko ogółem: 107,03g; Tłuszcz: 47,16g; Kw. tł. nas.: 25,72g; Węglowodany ogółem: 245,35g; W tym cukry: 57,92g; Błonnik: 25,99g; Sól: 6,54g		
Wtorek, 28.04.2026 Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Makaron na mleku 300ml (GLU, MLE), chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).	Solferino 300ml (SEL), pulpet drobiowy z włoszczyzną duszony 100g (GLU, JAJ, SEL), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*.	Chleb mieszany 57g (GLU), chleb graham 40g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 40g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2004kcal; Białko ogółem: 111,15g; Tłuszcz: 63,56g; Kw. tł. nas.: 24,63g; Węglowodany ogółem: 258,86g; W tym cukry: 58,83g; Błonnik: 27,42g; Sól: 5,67g		
Wtorek, 28.04.2026 Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów		
Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), twaróg 80g (MLE), pomidor 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), sałatka z fasolki szparagowej 120g (GOR)	Solferino 300ml (SEL), pulpet drobiowy z włoszczyzną duszony 100g (GLU, JAJ, SEL), sos z kurkumą 50ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki 200g, buraki puree 120g, woda*. **Podwieczorek:** Chleb graham 40g (GLU), masło 5g (MLE), surówka z marchwi i selera 120g (MLE, SEL)	Chleb graham 80g (GLU), chleb mieszany 28g (GLU), masło 10g (MLE), wędlina drobiowa – krakowska 50g (GLU), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), papryka świeża 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE).
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231kcal; Białko ogółem: 114,36g; Tłuszcz: 72,75g; Kw. tł. nas.: 30,28g; Węglowodany ogółem: 299,84g; W tym cukry: 57,92g; Błonnik: 46,04g; Sól: 7,72g		
Wtorek, 28.04.2026 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), ogórek kiszony 60g, sałata 5g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE). **II śniadanie:** kaszka manna z musem owocowym 150g (MLE, GLU)	Zupa fasolowa 300ml (SEL), pulpet z morszczuka pieczony ze szpinakiem pieczony 100g (RYB, JAJ, GLU), sos cytrynowy 50ml (MLE, GLU, SEL), ryż biały 200g, surówka z marchwi i selera 120g (SEL, MLE), woda*. **Podwieczorek:** kisiel z jabłek 150g	Chleb graham 40g (GLU), chleb mieszany 57g (GLU), masło 15g (MLE), twaróg 80g (MLE), jajo gotowane 1 szt. (JAJ), pomidor 60g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, MLE), kasza jaglana na mleku 300ml (MLE)
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2860kcal; Białko ogółem: 138,7g; Tłuszcz: 94,88g; Kw. tł. nas.: 41,59g; Węglowodany ogółem: 380g; W tym cukry: 87,91g; Błonnik: 38,56g; Sól: 7,73g		
* woda pitna dostępna na oddziałach Chojnice, 17.04.2026r. sporządziła: dietetyczka Monika Ryduchowska		

* jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych