

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

poniedziałek - 13-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie	chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 30 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 200 ml,					
Drugie niadanie	ry na mleku (MLE) 350 ml,					
Obiad	barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 g,					
Kolacja	chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,					
dieta	warto energet.	2342,58 Kcal	białko 89,551 g	tłuszcz 59,834 g	w głow.przysw. 376,049 g	
	nasycone kwasy tł.	41,625 g	błonnik 39,555 g	sól 1,853 g	cukier prosty 25,71 g	

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,					
Drugie niadanie	ry na mleku (MLE) 350 ml,					
Obiad	zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 g,					
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,					
dieta	warto energet.	2225,05 Kcal	białko 84,762 g	tłuszcz 58,20 g	w głow.przysw. 356,649 g	
	nasycone kwasy tł.	39,651 g	błonnik 25,393 g	sól 1,298 g	cukier prosty 23,82 g	

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie	chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,					
Drugie niadanie	ry na mleku (MLE) 350 ml,					
Obiad	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko gotowane 200 g, herbata owocowa 300 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 g,					
Kolacja	bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,					
dieta	warto energet.	2229,61 Kcal	białko 85,952 g	tłuszcz 57,77 g	w głow.przysw. 352,789 g	
	nasycone kwasy tł.	36,84 g	błonnik 26,823 g	sól 2,728 g	cukier prosty 23,834 g	

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzaj cych wydzielanie soku oł dkowego

niadanie	bułka (GLU) 50 g, chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,					
Drugie niadanie	ry na mleku (MLE) 350 ml,					
Obiad	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko gotowane 200 g, herbata owocowa 300 ml,					
Podwieczorek	chałka 80 g,					
Kolacja	bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,					

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2377,61 Kcal	białko	89,702 g	tłuszcz	59,62 g	w głow.przysw.	382,489 g
	nasycone kwasy tł.	38,385 g	błonnik	27,873 g	sól	2,728 g	cukier prosty	23,834 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 30 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU,MLE,JAJ) 60 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet.	1905,68 Kcal	białko	79,566 g	tłuszcz	57,094 g	w głow.przysw.	283,604 g
	nasycone kwasy tł.	39,003 g	błonnik	39,66 g	sól	1,988 g	cukier prosty	13,86 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych w głowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 30 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU,MLE,JAJ) 60 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet.	2067,13 Kcal	białko	85,678 g	tłuszcz	65,014 g	w głow.przysw.	301,929 g
	nasycone kwasy tł.	44,571 g	błonnik	41,725 g	sól	2,013 g	cukier prosty	13,86 g

7. Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowych

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 30 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,

Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2355,78 Kcal	białko	87,271 g	tłuszcz	60,874 g	w głow.przysw.	384,909 g
	nasycone kwasy tł.	41,871 g	błonnik	35,995 g	sól	1,845 g	cukier prosty	23,15 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 30 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1717,23 Kcal	białko	70,631 g	tłuszcz	49,074 g	w głow.przysw.	262,079 g
	nasycone kwasy tł.	34,065 g	błonnik	37,595 g	sól	1,853 g	cukier prosty	10,66 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, kiełbasa krakowska 30 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,

Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko gotowane 200 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek chałka 80 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, szynka na krajalnice 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2322,01 Kcal	białko	93,602 g	tłuszcz	65,18 g	w głow.przysw.	354,919 g
	nasycone kwasy tł.	45,75 g	błonnik	23,913 g	sól	1,828 g	cukier prosty	24,104 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, chałka 80 g, zapiekanka z ziemniaków i warzyw 300 g, herbata owocowa 300 ml,

Kolacja kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry owa z brokułem i warzywami(SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	1894,24 Kcal	białko	42,285 g	tłuszcz	46,143 g	w głow.przysw.	355,129 g
	nasycone kwasy tł.	32,803 g	błonnik	34,143 g	sól	0,125 g	cukier prosty	19,235 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

Drugie niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2088,05 Kcal	białko	112,625 g	tłuszcz	94,813 g	w głow.przysw.	229,524 g
	nasycone kwasy tł.	79,839 g	błonnik	35,493 g	sól	0,069 g	cukier prosty	15,27 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,

Obiad ry na wodzie 300 ml,

Kolacja ry na wodzie 300 ml,

dieta	warto energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	w głow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,

Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, jabłko gotowane 200 g, herbata owocowa 300 ml,

Kolacja kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1655,20 Kcal	białko	32,165 g	tłuszcz	38,373 g	w głow.przysw.	319,804 g
	nasycone kwasy tł.	23,728 g	błonnik	30,483 g	sól	0,06 g	cukier prosty	22,728 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 200 ml,
Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, zapiekanka z ziemniaków i warzyw 300 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, herbata owocowa 300 ml,
Kolacja kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry owa z brokułem i warzywami(SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2110,15 Kcal	białko	58,667 g	tłuszcz	72,597 g	w głow.przysw.	326,419 g
	nasycone kwasy tł.	49,57 g	błonnik	36,435 g	sól	1,125 g	cukier prosty	17,921 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ro linne 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml,
Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, zapiekanka z ziemniaków i warzyw 300 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek chałka 80 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ro linne 10 g, szynka na krajalnicy 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2043,09 Kcal	białko	69,012 g	tłuszcz	68,06 g	w głow.przysw.	312,919 g
	nasycone kwasy tł.	50,802 g	błonnik	29,193 g	sól	1,235 g	cukier prosty	19,099 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,
Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek chałka 80 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry owa z brokułem i warzywami(SEL) 120 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2284,73 Kcal	białko	80,734 g	tłuszcz	55,107 g	w głow.przysw.	374,909 g
	nasycone kwasy tł.	38,31 g	błonnik	34,035 g	sól	1,313 g	cukier prosty	25,47 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tłuszcz	9,51 g	w głow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tł.	4,225 g	błonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,
Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek chałka 80 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 30 g, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, szynka na krajalnicy 60 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2492,78 Kcal	białko	101,171 g	tłuszcz	68,574 g	w głow.przysw.	379,399 g
	nasycone kwasy tł.	48,876 g	błonnik	37,975 g	sól	2,393 g	cukier prosty	28,08 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, kielbasa krakowska 60 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,
Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek chałka 80 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, szynka na krajalnice 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2434,35 Kcal	białko	97,767 g	tłuszcz	71,39 g	w głow.przysw.	366,629 g
	nasycone kwasy tł.	50,898 g	błonnik	25,983 g	sól	1,385 g	cukier prosty	24,72 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w głowodanów

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,
Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbatka owocowa b/c 300 ml, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU,MLE,JAJ) 60 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, szynka na krajalnice 60 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet.	2193,48 Kcal	białko	95,239 g	tłuszcz	71,577 g	w głow.przysw.	309,543 g
	nasycone kwasy tł.	49,99 g	błonnik	42,218 g	sól	2,553 g	cukier prosty	19,23 g

C4. Dieta wega ska

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,
Obiad barszcz ukrai ski 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek chałka 80 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, sałatka ry owa z brokułem i warzywami(SEL) 120 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2424,13 Kcal	białko	93,364 g	tłuszcz	63,617 g	w głow.przysw.	387,209 g
	nasycone kwasy tł.	44,805 g	błonnik	44,305 g	sól	1,313 g	cukier prosty	27,57 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, dynia 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie ry na mleku (MLE) 350 ml,
Obiad zupa grysikowa (GLU,SEL) 300 ml, makaron z twarogiem (100g) i szpinakiem(100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek chałka 80 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszcz (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet. 2373,05 Kcal	białko 88,512 g	tłuszcz 60,05 g	w glow.przysw. 386,349 g
	nasycone kwasy tł. 41,196 g	błonnik 26,443 g	sól 1,298 g	cukier prosty 23,82 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów (10-18 lat)

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 30 g, hummus z ciecierzycy z olejem rzep 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad barszcz ukraiński 300 ml, makaron razowy z twarogiem (100g) i szpinakiem (100g) (GLU, MLE) 350 g, jabłko 200 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU,MLE, JAJ) 60 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 30 g, sałatka ry . z w dlin drob., brokułem (20g), włoszczyzna (10g), cukini (20g) z olejem (SEL) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet. 2067,13 Kcal	białko 85,678 g	tłuszcz 65,014 g	w glow.przysw. 301,929 g
	nasycone kwasy tł. 44,571 g	błonnik 41,725 g	sól 2,013 g	cukier prosty 13,86 g

wtorek - 14-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno z owocami b/c 200 ml,

Kolacja chleb pszenno ytni (GLU) 60 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser ółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet. 2451,18 Kcal	białko 85,90 g	tłuszcz 78,485 g	w glow.przysw. 383,311 g
	nasycone kwasy tł. 54,731 g	błonnik 41,28 g	sól 1,484 g	cukier prosty 23,502 g

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet. 2305,59 Kcal	białko 79,24 g	tłuszcz 73,373 g	w glow.przysw. 349,999 g
	nasycone kwasy tł. 53,322 g	błonnik 26,143 g	sól 0,818 g	cukier prosty 23,644 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie bułka wrocławska (GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad kasza j czmienna na rosół jaskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja bułka wrocławska (GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, herbata 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet. 2139,37 Kcal	białko 72,37 g	tłuszcz 64,903 g	w głow.przysw. 333,054 g
	nasycone kwasy tł. 42,89 g	błonnik 26,673 g	sól 2,763 g	cukier prosty 20,02 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku ołdkowego

niadanie bułka wrocławska (GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja bułka wrocławska (GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet. 2139,37 Kcal	białko 72,37 g	tłuszcz 64,903 g	w głow.przysw. 333,054 g
	nasycone kwasy tł. 42,89 g	błonnik 26,673 g	sól 2,763 g	cukier prosty 20,02 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie niadanie kefir 150 g,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet. 2046,68 Kcal	białko 73,29 g	tłuszcz 65,253 g	w głow.przysw. 324,879 g
	nasycone kwasy tł. 47,216 g	błonnik 40,933 g	sól 1,86 g	cukier prosty 16,397 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie niadanie kefir 150 g,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet. 2169,52 Kcal	białko 77,407 g	tłuszcz 70,993 g	w głow.przysw. 340,099 g
	nasycone kwasy tł. 51,58 g	błonnik 41,548 g	sól 1,85 g	cukier prosty 20,5 g

7. Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 30 g, pasta z białek 50g(JAJ) 50 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno z owocami b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 250 ml, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2225,78 Kcal	białko	76,787 g	tłuszcz	66,185 g	w głow.przysw.	366,466 g
	nasycone kwasy tł.	47,008 g	błonnik	41,07 g	sól	0,764 g	cukier prosty	20,942 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet.	1936,28 Kcal	białko	65,73 g	tłuszcz	61,753 g	w głow.przysw.	312,799 g
	nasycone kwasy tł.	44,706 g	błonnik	40,893 g	sól	0,766 g	cukier prosty	4,517 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2298,39 Kcal	białko	87,90 g	tłuszcz	81,093 g	w głow.przysw.	321,749 g
	nasycone kwasy tł.	58,022 g	błonnik	25,093 g	sól	1,418 g	cukier prosty	23,824 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pasta z białek 50g(JAJ) 50 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,
Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml, galaretka owocowa b/c 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, miód naturalny 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	1791,55 Kcal	białko	39,925 g	tłuszcz	38,333 g	w głow.przysw.	349,939 g
	nasycone kwasy tł.	26,23 g	błonnik	32,733 g	sól	0,055 g	cukier prosty	57,2 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,
Drugie niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,
Obiad zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,
Kolacja zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2088,05 Kcal	białko	112,625 g	tłuszcz	94,813 g	w głow.przysw.	229,524 g
	nasycone kwasy tł.	79,839 g	błonnik	35,493 g	sól	0,069 g	cukier prosty	15,27 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,
Obiad ry na wodzie 300 ml,
Kolacja ry na wodzie 300 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	w glow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,							
Obiad	kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ry z masłem i jabłkiem gotowanym 300 g, herbata owocowa 300 ml,							
Kolacja	płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,							
dieta	warto energet.	1854,41 Kcal	białko	35,665 g	tłuszcz	42,883 g	w glow.przysw.	364,994 g
	nasycone kwasy tł.	24,692 g	błonnik	38,673 g	sól	0,114 g	cukier prosty	16,118 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie	płatki kukurydziane na mleku (MLE) 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,							
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml,							
Kolacja	chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser ółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 250 ml,							
dieta	warto energet.	2229,01 Kcal	białko	69,528 g	tłuszcz	81,413 g	w glow.przysw.	326,944 g
	nasycone kwasy tł.	55,907 g	błonnik	30,013 g	sól	0,721 g	cukier prosty	16,02 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ro linne 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,							
Drugie niadanie	manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,							
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,							
Podwieczorek	galaretko owocowa b/c 200 ml,							
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ro linne 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 250 ml,							
dieta	warto energet.	2078,39 Kcal	białko	68,295 g	tłuszcz	60,353 g	w glow.przysw.	337,244 g
	nasycone kwasy tł.	41,45 g	błonnik	28,443 g	sól	0,82 g	cukier prosty	20,994 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,							
Drugie niadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,							
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml,							
Podwieczorek	sernik na zimno b/c 200 ml,							
Kolacja	chleb ytni (GLU) 90 g, masło mix (MLE) 15 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser ółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 250 ml,							
dieta	warto energet.	2207,33 Kcal	białko	78,92 g	tłuszcz	67,948 g	w glow.przysw.	341,279 g
	nasycone kwasy tł.	46,977 g	błonnik	35,943 g	sól	0,89 g	cukier prosty	23,317 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie	bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,							
------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tłuszcz	9,51 g	w głow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tł.	4,225 g	błonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek	sernik na zimno b/c 200 ml,
Kolacja	chleb ytni (GLU) 30 g, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser ółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2491,23 Kcal	białko	89,59 g	tłuszcz	83,063 g	w głow.przysw.	377,614 g
	nasycone kwasy tł.	56,893 g	błonnik	39,443 g	sól	2,089 g	cukier prosty	23,787 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, masło ekstra (MLE) 15 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek	sernik na zimno b/c 200 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2483,79 Kcal	białko	85,55 g	tłuszcz	89,893 g	w głow.przysw.	351,099 g
	nasycone kwasy tł.	63,302 g	błonnik	26,143 g	sól	1,421 g	cukier prosty	23,929 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w głowodanów

niadanie	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie niadanie	kefir 150 g,
Obiad	zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,
Podwieczorek	sernik na zimno b/c 200 ml,
Kolacja	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, pol dwica drobiowa 60 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Posiłek nocny	kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2294,68 Kcal	białko	85,562 g	tłuszcz	77,393 g	w głow.przysw.	349,144 g
	nasycone kwasy tł.	54,664 g	błonnik	42,998 g	sól	2,485 g	cukier prosty	21,567 g

C4. Dieta wega ska

niadanie	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, masło ekstra (MLE) 15 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata zielona z olejem 50 g,
Drugie niadanie	manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 300 ml,
Podwieczorek	sernik na zimno z owocami b/c 200 ml,
Kolacja	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ser ółty (MLE) 40 g, ogórek kwaszony 50 g,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2242,59 Kcal	białko	75,966 g	tłuszcz	77,84 g	w głow.przysw.	344,251 g
	nasycone kwasy tł.	53,085 g	błonnik	40,42 g	sól	0,827 g	cukier prosty	11,364 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet mi sno-ry owy (JAJ) 120 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2453,59 Kcal	białko	82,99 g	tłuszcz	75,223 g	w głow.przysw.	379,699 g
	nasycone kwasy tł.	54,867 g	błonnik	27,193 g	sól	0,818 g	cukier prosty	23,644 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (10-18 lat)

niadanie masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, filecik złocisty 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie niadanie kefir 150 g,

Obiad zupa jarzynowa na zacierce (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, goł bki siekane 90 g, sos pomidorowy (SEL, GLU, MLE) 50 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z selera i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 300 ml,

Podwieczorek sernik na zimno b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica drobiowa 40 g, paprykarz jaglany rybno-warzywny (RYB) 50 g, ogórek kwaszony 50 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	2027,68 Kcal	białko	74,362 g	tłuszcz	71,643 g	w głow.przysw.	301,844 g
	nasycone kwasy tł.	51,614 g	błonnik	37,688 g	sól	1,885 g	cukier prosty	21,387 g

roda - 15-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kasza p czak 180 g, gulasz (GLU) 120 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek jabłko 200 g,

Kolacja chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, chleb ytni (GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2192,90 Kcal	białko	77,245 g	tłuszcz	70,873 g	w głow.przysw.	339,324 g
	nasycone kwasy tł.	51,892 g	błonnik	36,248 g	sól	0,825 g	cukier prosty	38,47 g

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto j czmienne z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek jabłko 200 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2100,80 Kcal	białko	78,945 g	tłuszcz	66,508 g	w głow.przysw.	318,919 g
	nasycone kwasy tł.	45,585 g	błonnik	29,288 g	sól	1,198 g	cukier prosty	43,63 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, kaszotto j czmienne z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek banan 200 g,
Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, pasta z białek(JAJ) 80 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2218,26 Kcal	białko	87,82 g	tłuszcz	68,208 g	w głow.przysw.	330,739 g
	nasycone kwasy tł.	44,816 g	błonnik	30,688 g	sól	2,643 g	cukier prosty	25,814 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzaj cych wydzielanie soku oł dkowego

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, kaszotto j czmienne z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek banan 200 g,
Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, pasta z białek(JAJ) 80 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2218,26 Kcal	białko	87,82 g	tłuszcz	68,208 g	w głow.przysw.	330,739 g
	nasycone kwasy tł.	44,816 g	błonnik	30,688 g	sól	2,643 g	cukier prosty	25,814 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, papryka wie a 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,
Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek jabłko 200 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1823,85 Kcal	białko	75,04 g	tłuszcz	63,948 g	w głow.przysw.	264,684 g
	nasycone kwasy tł.	46,239 g	błonnik	39,353 g	sól	1,271 g	cukier prosty	14,29 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych w glowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, papryka wie a 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,
Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek jabłko 200 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 250 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet. 1985,30 Kcal	białko 81,152 g	tłuszcz 71,868 g	w głow.przysw. 283,009 g
	nasycone kwasy tł. 51,807 g	błonnik 41,418 g	sól 1,296 g	cukier prosty 14,29 g

7. Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowy

niadanie	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, papryka wie a 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek	jabłko 200 g,
Kolacja	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet. 2115,75 Kcal	białko 86,20 g	tłuszcz 70,828 g	w głow.przysw. 313,884 g
	nasycone kwasy tł. 49,329 g	błonnik 42,113 g	sól 1,165 g	cukier prosty 21,27 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, papryka wie a 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Obiad	zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Kolacja	chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet. 1683,85 Kcal	białko 70,44 g	tłuszcz 61,148 g	w głow.przysw. 237,284 g
	nasycone kwasy tł. 44,559 g	błonnik 35,353 g	sól 1,161 g	cukier prosty 11,09 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, twaro ek z mlekiem (MLE) 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie	płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad	zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto j czmienne z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek	banan 200 g,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2653,45 Kcal	białko 116,915 g	tłuszcz 96,768 g	w głow.przysw. 354,954 g
	nasycone kwasy tł. 72,326 g	błonnik 32,938 g	sól 1,273 g	cukier prosty 47,08 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie	bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad	zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata owocowa 200 ml,
Kolacja	2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, masło ekstra (MLE) 15 g, pasta z białek 50g(JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 1832,87 Kcal	białko 41,885 g	tłuszcz 54,798 g	w głow.przysw. 317,359 g
	nasycone kwasy tł. 36,794 g	błonnik 32,813 g	sól 0,377 g	cukier prosty 40,295 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie	zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 250 ml,
Drugie niadanie	zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,
Obiad	zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek	zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,
Kolacja	zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2088,05 Kcal	białko	112,625 g	tłuszcz	94,813 g	w głow.przysw.	229,524 g
	nasycone kwasy tł.	79,839 g	błonnik	35,493 g	sól	0,069 g	cukier prosty	15,27 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,
Obiad ry na wodzie 300 ml,
Kolacja ry na wodzie 300 ml, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	433,05 Kcal	białko	8,042 g	tłuszcz	0,84 g	w głow.przysw.	99,67 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	5,23 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 250 ml,
Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, manna z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata owocowa 200 ml,
Kolacja kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1705,15 Kcal	białko	32,605 g	tłuszcz	41,243 g	w głow.przysw.	328,864 g
	nasycone kwasy tł.	24,182 g	błonnik	35,183 g	sól	0,143 g	cukier prosty	17,628 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, herbata 250 ml,
Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1984,48 Kcal	białko	68,283 g	tłuszcz	72,568 g	w głow.przysw.	284,454 g
	nasycone kwasy tł.	50,357 g	błonnik	29,073 g	sól	0,374 g	cukier prosty	42,544 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ro linne 10 g, d em owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,
Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek jabłko 200 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ro linne 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1867,33 Kcal	białko	56,40 g	tłuszcz	52,738 g	w głow.przysw.	311,314 g
	nasycone kwasy tł.	33,15 g	błonnik	31,848 g	sól	1,141 g	cukier prosty	40,068 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kasza p czak 180 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek jabłko 200 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2113,40 Kcal	białko	78,82 g	tluszcz	62,508 g	w glow.przysw.	329,994 g
	nasycone kwasy tl.	41,448 g	blonnik	34,403 g	sól	0,475 g	cukier prosty	45,29 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tluszcz	9,51 g	w glow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tl.	4,225 g	blonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, papryka wie a 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kasza p czak 180 g, gulasz (GLU) 120 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek banan 200 g,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2522,90 Kcal	białko	96,33 g	tluszcz	82,908 g	w glow.przysw.	373,714 g
	nasycone kwasy tl.	60,328 g	blonnik	36,453 g	sól	1,12 g	cukier prosty	43,96 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto j czmienne z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek banan 200 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2401,90 Kcal	białko	92,295 g	tluszcz	73,658 g	w glow.przysw.	367,799 g
	nasycone kwasy tl.	51,21 g	blonnik	32,688 g	sól	1,228 g	cukier prosty	45,01 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w glowodanów

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, papryka wie a 50 g, herbata gorzka 250 ml,

Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,

Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek jabłko 200 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet.	2059,80 Kcal	białko	87,402 g	tluszcz	77,218 g	w glow.przysw.	283,509 g
	nasycone kwasy tl.	56,172 g	blonnik	41,418 g	sól	1,296 g	cukier prosty	14,29 g

C4. Dieta wega ska

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, papryka wie a 50 g, herbata 250 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kasza p czak 180 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, jarzynka got. paski (SEL) 60 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek banan 200 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, 2 jajka (JAJ) 100 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet. 2481,60 Kcal	białko 87,13 g	tłuszcz 63,818 g	w głow.przysw. 419,754 g
	nasycone kwasy tł. 42,623 g	błonnik 44,573 g	sól 0,475 g	cukier prosty 45,29 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek z mlekiem 100 g, d em owocowy 50 g, herbata 250 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto j czmienne z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek banan 200 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2383,40 Kcal	białko 88,995 g	tłuszcz 69,358 g	w głow.przysw. 372,799 g
	nasycone kwasy tł. 48,11 g	błonnik 29,738 g	sól 1,228 g	cukier prosty 45,01 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (10-18 lat)

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, papryka wie a 50 g, herbata gorzka 250 ml,
Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,
Obiad zalewajka czerwona z ziemniakami (GLU, MLE, SEL) 400 ml, kaszotto- p czak z mi sem wieprzowym i warzywami (GLU, SEL) 300 g, brokuły gotowane 150 g, surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek jabłko 200 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, pol dwica miodowa 30 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, sałata lodowa 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 250 ml,

dieta	warto energet. 1948,70 Kcal	białko 76,052 g	tłuszcz 70,668 g	w głow.przysw. 281,629 g
	nasycone kwasy tł. 50,967 g	błonnik 41,418 g	sól 1,266 g	cukier prosty 12,91 g

czwartek - 16-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, w tróbką drobiowa (GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,
Kolacja chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnicy 20 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2458,64 Kcal	białko 106,653 g	tłuszcz 68,291 g	w głow.przysw. 387,834 g
	nasycone kwasy tł. 44,819 g	błonnik 43,002 g	sól 1,645 g	cukier prosty 21,7 g

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy-warzywny 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 20 g, galaretka drobiowa z ud ca (SEL) 70 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2228,20 Kcal	białko	90,403 g	tłuszcz	50,776 g	w głow.przysw.	372,129 g
	nasycone kwasy tł.	32,086 g	błonnik	29,837 g	sól	1,629 g	cukier prosty	36,412 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy-warzywny 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g,
Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,
Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 20 g, galaretka drobiowa z ud ca (SEL) 70 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2121,11 Kcal	białko	87,917 g	tłuszcz	46,403 g	w głow.przysw.	352,455 g
	nasycone kwasy tł.	27,255 g	błonnik	30,554 g	sól	3,048 g	cukier prosty	30,826 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku ołdkowego

niadanie chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy-warzywny 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 20 g, galaretka drobiowa z ud ca (SEL) 70 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2441,46 Kcal	białko	95,558 g	tłuszcz	50,126 g	w głow.przysw.	418,119 g
	nasycone kwasy tł.	30,349 g	błonnik	33,147 g	sól	3,048 g	cukier prosty	35,926 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek serek wiejski ziarnisty 200 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 20 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1902,74 Kcal	białko	98,573 g	tłuszcz	54,411 g	w głow.przysw.	277,824 g
	nasycone kwasy tł.	38,306 g	błonnik	34,842 g	sól	1,775 g	cukier prosty	8,737 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona 120 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek serek wiejski ziarnisty 200 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 20 g, herbata gorzka 200 ml,
Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2120,96 Kcal	białko	106,331 g	tłuszcz	63,737 g	w głow.przysw.	310,161 g
	nasycone kwasy tł.	44,312 g	błonnik	41,845 g	sól	1,81 g	cukier prosty	8,737 g

7. Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowy

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek serek wiejski ziarnisty 200 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 20 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2161,59 Kcal	białko	108,333 g	tłuszcz	59,211 g	w głow.przysw.	324,274 g
	nasycone kwasy tł.	40,652 g	błonnik	37,002 g	sól	1,705 g	cukier prosty	10,727 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata gorzka 200 ml,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 20 g, szynka na krajalnice 40 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1745,94 Kcal	białko	76,733 g	tłuszcz	51,131 g	w głow.przysw.	268,424 g
	nasycone kwasy tł.	36,346 g	błonnik	34,842 g	sól	1,665 g	cukier prosty	5,537 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 150 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy-warzywny 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, udziec w sosie własnym 80 g, marchewka duszona (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 40 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2447,70 Kcal	białko	116,123 g	tłuszcz	59,931 g	w głow.przysw.	380,609 g
	nasycone kwasy tł.	38,722 g	błonnik	30,347 g	sól	1,826 g	cukier prosty	39,702 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, mus owocowy-warzywny 100 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,
Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, marchewka duszona (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, mus owocowy-warzywny 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1612,55 Kcal	białko	31,27 g	tłuszcz	32,213 g	w głow.przysw.	321,514 g
	nasycone kwasy tł.	20,267 g	błonnik	31,093 g	sól	0,114 g	cukier prosty	44,024 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,
Drugie niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,
Obiad zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,
Kolacja zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2088,05 Kcal	białko	112,625 g	tłuszcz	94,813 g	w głow.przysw.	229,524 g
	nasycone kwasy tł.	79,839 g	błonnik	35,493 g	sól	0,069 g	cukier prosty	15,27 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,

Obiad ry na wodzie 300 ml,

Kolacja ry na wodzie 300 ml,

dieta	warto energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	w głow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, mus owocowy 100 g, herbata 200 ml,

Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, jabłko gotowane 200 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, mus owocowy 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1771,00 Kcal	białko	34,145 g	tłuszcz	41,073 g	w głow.przysw.	340,264 g
	nasycone kwasy tł.	24,528 g	błonnik	31,883 g	sól	0,084 g	cukier prosty	50,748 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 150 g, mus owocowy-warzywny 100 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec w sosie własnym 80 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1619,53 Kcal	białko	52,436 g	tłuszcz	41,921 g	w głow.przysw.	270,329 g
	nasycone kwasy tł.	23,487 g	błonnik	27,882 g	sól	0,281 g	cukier prosty	33,77 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ro linne 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,

Obiad manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, udziec w sosie własnym 80 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ro linne 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnicy 20 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2026,47 Kcal	białko	79,608 g	tłuszcz	45,841 g	w głow.przysw.	348,659 g
	nasycone kwasy tł.	28,891 g	błonnik	32,142 g	sól	1,913 g	cukier prosty	32,753 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 150 g, mus owocowy-warzywny 100 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ser ółty (MLE) 40 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2262,00 Kcal	białko	70,165 g	tłuszcz	62,003 g	w głow.przysw.	378,364 g
	nasycone kwasy tł.	40,142 g	błonnik	35,778 g	sól	0,944 g	cukier prosty	37,364 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tłuszcz	9,51 g	w głow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tł.	4,225 g	błonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy-warzywny 100 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, w tróbką drobiowa (GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 40 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2695,94 Kcal	białko	113,353 g	tłuszcz	73,141 g	w głow.przysw.	427,834 g
	nasycone kwasy tł.	49,06 g	błonnik	43,362 g	sól	1,655 g	cukier prosty	35,3 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drobiowa z ud ca (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 40 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2433,82 Kcal	białko	96,523 g	tłuszcz	55,096 g	w głow.przysw.	411,449 g
	nasycone kwasy tł.	34,959 g	błonnik	34,107 g	sól	1,633 g	cukier prosty	37,866 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w głowodanów

niadanie masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek serek wiejski ziarnisty 200 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnice 40 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1823,35 Kcal	białko	100,005 g	tłuszcz	63,091 g	w głow.przysw.	236,684 g
	nasycone kwasy tł.	44,073 g	błonnik	33,947 g	sól	1,81 g	cukier prosty	8,737 g

C4. Dieta wega ska

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 150 g, mus owocowy 100 g, fasolka szparagowa gotowana 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, marchewka duszona 120 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ser ółty (MLE) 40 g, mus owocowy 100 g, herbata 200 ml,

dieta warto energet. 2260,56 Kcal białko 68,961 g tłuszcz 59,739 g w głow.przysw. 390,601 g
nasycone kwasy tł. 37,821 g błonnik 43,496 g sól 0,954 g cukier prosty 48,774 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, mus owocowy 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie kasza j czmienna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, marchewka duszona (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek ry na mleku z jabłkami (MLE) 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 20 g, galaretka drobiowa z ud ca (SEL) 70 g, herbata 250 ml,

dieta warto energet. 2381,20 Kcal białko 93,953 g tłuszcz 52,726 g w głow.przysw. 403,129 g
nasycone kwasy tł. 33,631 g błonnik 30,887 g sól 1,629 g cukier prosty 37,812 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (10-18 lat)

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, ogórek kwaszony 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt nat (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z makaronem (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, potrawka drobiowa z jarzynami (udziec) (SEL, MLE, GLU) 120 g, surówka z kapusty kwaszonej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek serek wiejski ziarnisty 200 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, galaretka drob z groszkiem (SEL) 70 g, szynka na krajalnicy 20 g, herbata 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU, MLE, SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta warto energet. 2064,44 Kcal białko 103,485 g tłuszcz 61,931 g w głow.przysw. 299,739 g
nasycone kwasy tł. 43,844 g błonnik 33,907 g sól 1,79 g cukier prosty 13,127 g

pi tek - 17-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnicy 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 50 g, herbata 200 ml,

dieta warto energet. 2451,52 Kcal białko 90,139 g tłuszcz 75,717 g w głow.przysw. 379,714 g
nasycone kwasy tł. 52,73 g błonnik 42,745 g sól 3,799 g cukier prosty 32,291 g

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet. 2233,40 Kcal	białko 88,615 g	tłuszcz 65,853 g	w głow.przysw. 339,734 g
	nasycone kwasy tł. 43,145 g	błonnik 28,798 g	sól 2,884 g	cukier prosty 34,741 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek kefir 150 g,
Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2174,58 Kcal	białko 88,935 g	tłuszcz 63,663 g	w głow.przysw. 324,594 g
	nasycone kwasy tł. 38,336 g	błonnik 29,888 g	sól 4,343 g	cukier prosty 34,77 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzaj cych wydzielanie soku oł dkowego

niadanie chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek kefir 150 g,
Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2174,58 Kcal	białko 88,935 g	tłuszcz 63,663 g	w głow.przysw. 324,594 g
	nasycone kwasy tł. 38,336 g	błonnik 29,888 g	sól 4,343 g	cukier prosty 34,77 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie kefir 150 g,
Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 60 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet. 2403,14 Kcal	białko 86,394 g	tłuszcz 77,847 g	w głow.przysw. 372,309 g
	nasycone kwasy tł. 54,06 g	błonnik 48,68 g	sól 3,824 g	cukier prosty 17,335 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych w glowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie kefir 150 g,
Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 60 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU, MLE, SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2387,27 Kcal	białko	87,826 g	tłuszcz	83,377 g	w głow.przysw.	352,714 g
	nasycone kwasy tł.	58,44 g	błonnik	46,475 g	sól	3,845 g	cukier prosty	17,281 g

7. Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowy

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2281,50 Kcal	białko	88,809 g	tłuszcz	64,637 g	w głow.przysw.	362,054 g
	nasycone kwasy tł.	42,118 g	błonnik	41,525 g	sól	3,818 g	cukier prosty	32,32 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, ogórek kwaszony 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1913,17 Kcal	białko	70,579 g	tłuszcz	56,657 g	w głow.przysw.	306,794 g
	nasycone kwasy tł.	37,884 g	błonnik	42,145 g	sól	2,745 g	cukier prosty	7,981 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2307,90 Kcal	białko	94,865 g	tłuszcz	71,203 g	w głow.przysw.	340,234 g
	nasycone kwasy tł.	47,51 g	błonnik	28,798 g	sól	2,884 g	cukier prosty	34,741 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1504,03 Kcal	białko	34,24 g	tłuszcz	32,468 g	w głow.przysw.	284,794 g
	nasycone kwasy tł.	19,368 g	błonnik	26,618 g	sól	0,459 g	cukier prosty	44,94 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

Drugie niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1664,89 Kcal	białko	92,625 g	tłuszcz	73,253 g	w głow.przysw.	185,434 g
	nasycone kwasy tł.	61,314 g	błonnik	28,443 g	sól	0,055 g	cukier prosty	15,23 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,

Obiad ry na wodzie 300 ml,

Kolacja ry na wodzie 300 ml,

dieta	warto energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	w głow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Obiad kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, ry z masłem i jabłkiem gotowanym 300 g, jabłko gotowane 200 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1664,61 Kcal	białko	33,725 g	tłuszcz	41,853 g	w głow.przysw.	313,114 g
	nasycone kwasy tł.	24,31 g	błonnik	34,143 g	sól	0,224 g	cukier prosty	22,418 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie płatki kukurydziane na mleku (MLE) 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, ryba w jarzynach 150 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2136,37 Kcal	białko	78,302 g	tłuszcz	57,012 g	w głow.przysw.	349,364 g
	nasycone kwasy tł.	32,897 g	błonnik	42,025 g	sól	1,374 g	cukier prosty	25,254 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ro linne 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB,JAJ,GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU,MLE,JAJ) 60 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ro linne 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2291,49 Kcal	białko	81,864 g	tłuszcz	62,237 g	w głow.przysw.	375,879 g
	nasycone kwasy tł.	37,661 g	błonnik	41,21 g	sól	2,87 g	cukier prosty	24,365 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB,JAJ,GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2408,42 Kcal	białko	87,759 g	tluszcz	71,857 g	w glow.przysw.	373,954 g
	nasycone kwasy tl.	52,666 g	blonnik	36,425 g	sól	2,599 g	cukier prosty	33,431 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tluszcz	9,51 g	w glow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tl.	4,225 g	blonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2554,72 Kcal	białko	98,289 g	tluszcz	83,117 g	w glow.przysw.	377,314 g
	nasycone kwasy tl.	58,876 g	blonnik	38,915 g	sól	3,799 g	cukier prosty	33,791 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnice 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2281,84 Kcal	białko	94,145 g	tluszcz	69,853 g	w glow.przysw.	338,264 g
	nasycone kwasy tl.	47,10 g	blonnik	26,898 g	sól	2,799 g	cukier prosty	32,991 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w glowodanów

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnice 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie kefir 150 g,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 60 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, mieszanka królewska 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU, MLE, SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2475,27 Kcal	białko	95,076 g	tluszcz	88,877 g	w glow.przysw.	356,014 g
	nasycone kwasy tl.	62,81 g	blonnik	47,025 g	sól	3,845 g	cukier prosty	18,781 g

C4. Dieta wega ska

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek kefir 150 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jajko gotowane (JAJ) 50 g, ogórek kwaszony 60 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2399,58 Kcal	białko	88,009 g	tłuszcz	70,787 g	w głow.przysw.	380,854 g
	nasycone kwasy tł.	50,83 g	błonnik	46,145 g	sól	2,684 g	cukier prosty	35,181 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka na krajalnicy 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie manna na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, brokuły gotowane 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek kefir 150 g,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2381,40 Kcal	białko	92,365 g	tłuszcz	67,703 g	w głow.przysw.	369,434 g
	nasycone kwasy tł.	44,69 g	błonnik	29,848 g	sól	2,884 g	cukier prosty	34,741 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (10-18 lat)

niadanie masło ekstra (MLE) 10 g, hummus z ciecierzycy pomidorowy z olejem rzep 60 g, szynka na krajalnicy 30 g, jarzynka got. paski (SEL) 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Drugie niadanie kefir 150 g,
Obiad krupnik j czmienny (GLU, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, pulpet rybny (RYB, JAJ, GLU) 100 g, surówka z kapusty białej z olejem 150 g, brokuły gotowane 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,
Podwieczorek kanapka z jajkiem (GLU, MLE, JAJ) 60 g,
Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, filecik złocisty 60 g, mieszanka królewska 50 g, herbata gorzka 200 ml,
Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU, MLE, SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2098,17 Kcal	białko	82,786 g	tłuszcz	71,847 g	w głow.przysw.	306,364 g
	nasycone kwasy tł.	47,726 g	błonnik	41,165 g	sól	3,845 g	cukier prosty	17,281 g

sobota - 18-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, chleb ytni (GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, gulasz (GLU) 120 g, buraczki duszone (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,
Kolacja chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2194,78 Kcal	białko	76,52 g	tłuszcz	65,643 g	w głow.przysw.	353,114 g
	nasycone kwasy tł.	46,324 g	błonnik	33,703 g	sól	1,273 g	cukier prosty	51,379 g

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,
Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,
Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU, MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,
Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,
Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kielbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2195,14 Kcal	białko	77,915 g	tłuszcz	66,873 g	w głow.przysw.	344,184 g
	nasycone kwasy tł.	46,171 g	błonnik	29,013 g	sól	1,288 g	cukier prosty	51,926 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2148,90 Kcal	białko	77,31 g	tłuszcz	63,673 g	w głow.przysw.	335,374 g
	nasycone kwasy tł.	41,567 g	błonnik	29,173 g	sól	2,688 g	cukier prosty	51,471 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzaj cych wydzielanie soku oł dkowego

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2148,90 Kcal	białko	77,31 g	tłuszcz	63,673 g	w głow.przysw.	335,374 g
	nasycone kwasy tł.	41,567 g	błonnik	29,173 g	sól	2,688 g	cukier prosty	51,471 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1690,53 Kcal	białko	63,465 g	tłuszcz	56,713 g	w głow.przysw.	261,229 g
	nasycone kwasy tł.	40,514 g	błonnik	34,453 g	sól	1,395 g	cukier prosty	11,546 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1851,98 Kcal	białko	69,577 g	tłuszcz	64,633 g	w głow.przysw.	279,554 g
	nasycone kwasy tł.	46,082 g	błonnik	36,518 g	sól	1,42 g	cukier prosty	11,546 g

7. Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowy

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2258,18 Kcal	białko	82,125 g	tłuszcz	67,293 g	w głow.przysw.	364,839 g
	nasycone kwasy tł.	46,694 g	błonnik	39,313 g	sól	1,289 g	cukier prosty	13,536 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata gorzka 200 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 50 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1618,63 Kcal	białko	57,825 g	tłuszcz	54,363 g	w głow.przysw.	254,679 g
	nasycone kwasy tł.	38,994 g	błonnik	34,413 g	sól	1,105 g	cukier prosty	5,456 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, ser biały (MLE) 100 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, ser ółty (MLE) 40 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2387,39 Kcal	białko	94,945 g	tłuszcz	79,873 g	w głow.przysw.	346,044 g
	nasycone kwasy tł.	55,191 g	błonnik	29,013 g	sól	1,998 g	cukier prosty	53,536 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 120 g, galaretka owocowa 200 ml, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, miód naturalny 30 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1886,57 Kcal	białko	35,595 g	tłuszcz	36,223 g	w głow.przysw.	384,279 g
	nasycone kwasy tł.	23,783 g	błonnik	36,613 g	sól	0,116 g	cukier prosty	75,944 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

Drugie niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2088,05 Kcal	białko	112,625 g	tłuszcz	94,813 g	w głow.przysw.	229,524 g
	nasycone kwasy tł.	79,839 g	błonnik	35,493 g	sól	0,069 g	cukier prosty	15,27 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,

Obiad ry na wodzie 300 ml,

Kolacja ry na wodzie 300 ml,

dieta	warto energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	w głow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, manna z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, jarzynka gotowana paski (SEL) 120 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja kasza j czmienna na rosole jarskim (GLU, SEL) 300 ml, bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1737,61 Kcal	białko	33,605 g	tłuszcz	42,693 g	w głow.przysw.	331,614 g
	nasycone kwasy tł.	24,612 g	błonnik	37,843 g	sól	0,258 g	cukier prosty	20,078 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie płatki kukurydziane na mleku (MLE) 350 ml, chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Obiad ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, ziemniaki 250 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ser ółty (MLE) 40 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2164,70 Kcal	białko	69,793 g	tłuszcz	74,793 g	w głow.przysw.	327,154 g
	nasycone kwasy tł.	50,591 g	błonnik	31,833 g	sól	0,765 g	cukier prosty	18,624 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ro linne 10 g, szynka drobiowa 50 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, buraczki z wody 120 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretko owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ro linne 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1899,89 Kcal	białko	65,345 g	tłuszcz	58,863 g	w głow.przysw.	305,644 g
	nasycone kwasy tł.	38,555 g	błonnik	32,433 g	sól	2,429 g	cukier prosty	29,764 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretko owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ser ółty (MLE) 40 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	2124,10 Kcal	białko	69,385 g	tłuszcz	60,853 g	w głow.przysw.	349,684 g
	nasycone kwasy tł.	39,194 g	błonnik	32,043 g	sól	0,929 g	cukier prosty	52,403 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tłuszcz	9,51 g	w głow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tł.	4,225 g	błonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, gulasz (GLU) 120 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, buraczki z wody 120 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

Kolacja bułka (GLU) 50 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, ser ołty (MLE) 40 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2478,48 Kcal	białko	92,99 g	tłuszcz	80,033 g	w głow.przysw.	378,439 g
	nasycone kwasy tł.	56,584 g	błonnik	37,423 g	sól	1,959 g	cukier prosty	51,699 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie bułka (GLU) 50 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2254,54 Kcal	białko	79,535 g	tłuszcz	67,513 g	w głow.przysw.	360,464 g
	nasycone kwasy tł.	46,435 g	błonnik	33,813 g	sól	1,299 g	cukier prosty	52,246 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w głowodanów

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1851,98 Kcal	białko	69,577 g	tłuszcz	64,633 g	w głow.przysw.	279,554 g
	nasycone kwasy tł.	46,082 g	błonnik	36,518 g	sól	1,42 g	cukier prosty	11,546 g

C4. Dieta wega ska

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, ser biały (MLE) 100 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, ser óły (MLE) 40 g, miód naturalny 30 g, jabłko gotowane 200 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta warto energet. 2476,97 Kcal białko 77,59 g tłuszcz 59,613 g w głow.przysw. 446,514 g
nasycone kwasy tł. 37,512 g błonnik 46,933 g sól 0,904 g cukier prosty 80,613 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, d em owocowy 50 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie płatki owsiane na mleku (MLE, GLU) 350 ml,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, buraczki duszone (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa 200 ml,

Kolacja 2 bułki (GLU) 100 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata 200 ml,

dieta warto energet. 2343,14 Kcal białko 81,665 g tłuszcz 68,723 g w głow.przysw. 373,884 g
nasycone kwasy tł. 47,716 g błonnik 30,063 g sól 1,288 g cukier prosty 51,926 g

P 2.2. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (4-9 lat)

Posiłek nocny herbata gorzka 250 ml,

dieta warto energet. 0,00 Kcal białko 0,002 g tłuszcz 0,00 g w głow.przysw. 0,00 g
nasycone kwasy tł. 0,00 g błonnik 0,00 g sól g cukier prosty g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (10-18 lat)

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, twaro ek (MLE) 70 g, jabłko 200 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa szpinakowa z ziemniakami (MLE, SEL, GLU) 300 ml, kasza j czmienna (GLU) 180 g, potrawka mi sna (SEL, MLE, GLU) 140 g, surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek galaretka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, kiełbasa krakowska 60 g, sałata zielona z olejem 50 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta warto energet. 1851,98 Kcal białko 69,577 g tłuszcz 64,633 g w głow.przysw. 279,554 g
nasycone kwasy tł. 46,082 g błonnik 36,518 g sól 1,42 g cukier prosty 11,546 g

niedziela - 19-04-2026

1. Dieta podstawowa D01

niadanie chleb ytni (GLU) 60 g, chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, marchewka tarta 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet schabowy (GLU, JAJ) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja chleb pszenno ytni (GLU) 30 g, chleb ytni (GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet. 2222,72 Kcal	białko 79,621 g	tłuszcz 77,941 g	w głow.przysw. 335,895 g
	nasycone kwasy tł. 61,204 g	błonnik 39,117 g	sól 2,035 g	cukier prosty 37,365 g

2. Dieta łatwostrawna D02

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 1840,31 Kcal	białko 73,661 g	tłuszcz 55,031 g	w głow.przysw. 275,895 g
	nasycone kwasy tł. 37,636 g	błonnik 27,297 g	sól 3,371 g	cukier prosty 40,065 g

3. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek homogenizowany (MLE) 150 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2083,57 Kcal	białko 83,285 g	tłuszcz 58,783 g	w głow.przysw. 319,244 g
	nasycone kwasy tł. 40,555 g	błonnik 31,173 g	sól 3,196 g	cukier prosty 34,159 g

4. Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzaj cych wydzielanie soku oł dkowego

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb graham (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb graham (GLU) 30 g, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek homogenizowany (MLE) 150 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet. 2083,57 Kcal	białko 83,285 g	tłuszcz 58,783 g	w głow.przysw. 319,244 g
	nasycone kwasy tł. 40,555 g	błonnik 31,173 g	sól 3,196 g	cukier prosty 34,159 g

5. Dieta bogatoresztkowa D06

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, marchewka tarta 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab w sosie musztardowym (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata gorzka 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1950,07 Kcal	białko	78,41 g	tłuszcz	65,143 g	w głow.przysw.	296,904 g
	nasycone kwasy tł.	49,16 g	błonnik	38,288 g	sól	1,891 g	cukier prosty	6,265 g

6. Dieta z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych w głowodanów D03

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, marchewka tarta 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab w sosie musztardowym (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2111,52 Kcal	białko	84,522 g	tłuszcz	73,063 g	w głow.przysw.	315,229 g
	nasycone kwasy tł.	54,728 g	błonnik	40,353 g	sól	1,916 g	cukier prosty	6,265 g

7. Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowy

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, marchewka tarta 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włośzczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1942,40 Kcal	białko	82,905 g	tłuszcz	60,333 g	w głow.przysw.	300,839 g
	nasycone kwasy tł.	43,722 g	błonnik	39,638 g	sól	2,01 g	cukier prosty	14,769 g

8. Dieta ubogoenergetyczna

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, marchewka tarta 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab w sosie musztardowym (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	1770,97 Kcal	białko	72,15 g	tłuszcz	59,843 g	w głow.przysw.	270,664 g
	nasycone kwasy tł.	44,997 g	błonnik	37,898 g	sól	1,553 g	cukier prosty	2,915 g

9. Dieta bogatobiałkowa D07

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włośzczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1898,31 Kcal	białko	84,99 g	tłuszcz	55,873 g	w głow.przysw.	276,974 g
	nasycone kwasy tł.	38,212 g	błonnik	27,183 g	sól	3,677 g	cukier prosty	34,795 g

10. Dieta niskobiałkowa D08

niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1687,48 Kcal	białko	35,07 g	tłuszcz	39,223 g	w głow.przysw.	324,024 g
	nasycone kwasy tł.	22,712 g	błonnik	40,398 g	sól	1,938 g	cukier prosty	20,378 g

12. Dieta papkowata D11

niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

Drugie niadanie zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Obiad zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek zupa przecierana z mann (MLE, SEL) 300 ml,

Kolacja zupa przecierana z mann i jajkiem (GLU, JAJ, SEL) 300 ml, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2088,05 Kcal	białko	112,625 g	tłuszcz	94,813 g	w głow.przysw.	229,524 g
	nasycone kwasy tł.	79,839 g	błonnik	35,493 g	sól	0,069 g	cukier prosty	15,27 g

13. Dieta płynna

niadanie ry na wodzie 300 ml,

Obiad ry na wodzie 300 ml,

Kolacja ry na wodzie 300 ml,

dieta	warto energet.	412,80 Kcal	białko	8,04 g	tłuszcz	0,84 g	w głow.przysw.	94,68 g
	nasycone kwasy tł.	0,18 g	błonnik	2,88 g	sól	0 g	cukier prosty	0,24 g

14. Dieta płynna wzmocniona D12

niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml, bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, makaron nitki z masłem i jabłkiem gotowanym (GLU, MLE) 300 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja ry na rosole jarskim (SEL, MLE) 300 ml, bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jabłko gotowane 200 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1733,12 Kcal	białko	35,005 g	tłuszcz	41,953 g	w głow.przysw.	322,984 g
	nasycone kwasy tł.	22,922 g	błonnik	32,923 g	sól	1,854 g	cukier prosty	24,142 g

15. Dieta bezglutenowa GL

niadanie chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, mi so gotowane w jarzynach 70 g, herbata 200 ml,

Obiad zupa ziemniaczana 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Kolacja chleb bezglutenowy 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1928,64 Kcal	białko	72,073 g	tłuszcz	74,973 g	w głow.przysw.	259,664 g
	nasycone kwasy tł.	55,449 g	błonnik	26,758 g	sól	0,174 g	cukier prosty	19,48 g

16. Dieta bezmleczna ML

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ro linne 10 g, szynka konserwowa 50 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie manna na rosole jarskim (GLU, SEL, MLE) 300 ml,

Obiad płatki owsiane na rosole jarskim (GLU, MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 300 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ro linne 10 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

dieta	warto energet.	1842,69 Kcal	białko	72,996 g	tłuszcz	48,531 g	w głow.przysw.	296,285 g
	nasycone kwasy tł.	29,197 g	błonnik	31,887 g	sól	3,35 g	cukier prosty	26,593 g

17. Dieta wegetaria ska WE

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, marchewka tarta 100 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1820,70 Kcal	białko	52,936 g	tłuszcz	52,851 g	w głow.przysw.	303,96 g
	nasycone kwasy tł.	33,80 g	błonnik	36,062 g	sól	2,585 g	cukier prosty	43,124 g

18. Dieta kanapkowa

Drugie niadanie bułka z szynk (GLU,MLE,SOJ) 100 g, jabłko 200 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	348,95 Kcal	białko	10,252 g	tłuszcz	9,51 g	w głow.przysw.	59,79 g
	nasycone kwasy tł.	4,225 g	błonnik	5,05 g	sól	0,65 g	cukier prosty	5,27 g

C1. Dieta podstawowa

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 50 g, marchewka tarta 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, kotlet schabowy (GLU, JAJ) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja ry na wodzie 300 ml, bułka wrocławska(GLU) 60 g, chleb ytni (GLU) 30 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2440,12 Kcal	białko	92,741 g	tłuszcz	82,061 g	w głow.przysw.	361,215 g
	nasycone kwasy tł.	63,07 g	błonnik	36,117 g	sól	3,475 g	cukier prosty	37,445 g

C2. Dieta łatwostrawna

niadanie bułka wrocławska(GLU) 60 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	1912,11 Kcal	białko	84,641 g	tłuszcz	57,991 g	w głow.przysw.	276,205 g
	nasycone kwasy tł.	40,476 g	błonnik	27,297 g	sól	3,591 g	cukier prosty	40,315 g

C3. Dieta z ograniczeniem łatwostrawnych w głowodanów

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, marchewka tarta 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab w sosie musztardowym (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, pol dwica drobiowa 60 g, herbata gorzka 200 ml,

JADŁOSPIS : Chorzy
Oddział: wszystkie oddziały
Grupa diet: wszystkie grupy diet
Rodzaj diety: wszystkie rodzaje diet
od 2026.04.13 do 2026.04.20

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2183,32 Kcal	białko	95,502 g	tłuszcz	76,023 g	w głow.przysw.	315,539 g
	nasycone kwasy tł.	57,568 g	błonnik	40,353 g	sól	2,136 g	cukier prosty	6,515 g

C4. Dieta wega ska

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, jogurt naturalny (MLE) 100 g, marchewka tarta 100 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, sos jarzynowy (SEL, GLU, MLE) 80 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, serek homogenizowany (MLE) 150 g, herbata 200 ml,

dieta	warto energet.	2129,90 Kcal	białko	70,696 g	tłuszcz	61,251 g	w głow.przysw.	355,51 g
	nasycone kwasy tł.	43,97 g	błonnik	43,892 g	sól	0,905 g	cukier prosty	43,124 g

P 1.3. Dieta łatwostrawna (10-18 lat)

niadanie bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, jarzynka got. paski (SEL) 100 g, herbata 200 ml,

Drugie niadanie jogurt owocowy (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab na włoszczy nie (SEL) 100 g, marchewka duszona (GLU,MLE) 150 g, herbata owocowa 200 ml,

Podwieczorek herbatniki ma lane 31,5 g,

Kolacja bułka wrocławska(GLU) 80 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata 250 ml,

dieta	warto energet.	1898,71 Kcal	białko	76,421 g	tłuszcz	55,711 g	w głow.przysw.	285,945 g
	nasycone kwasy tł.	37,776 g	błonnik	27,717 g	sól	3,831 g	cukier prosty	40,315 g

P 2.3. Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w głowodanów (10-18 lat)

niadanie chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, szynka konserwowa 60 g, marchewka tarta 100 g, herbata gorzka 200 ml,

Drugie niadanie jogurt naturalny (MLE) 150 g,

Obiad zupa pomidorowa z ry em (MLE, SEL) 300 ml, ziemniaki 250 g, schab w sosie musztardowym (SEL) 100 g, marchewka duszona z groszkiem (GLU. MLE) 150 g, surówka z kapusty peki skiej z olejem 150 g, herbatka owocowa b/c 200 ml,

Podwieczorek herbatniki fit 30 g,

Kolacja chleb ytni (GLU) 90 g, masło ekstra (MLE) 10 g, serek do chleba (MLE) 100 g, herbata gorzka 250 ml,

Posiłek nocny kanapka z w dlin (GLU,MLE,SOJ) 60 g, herbata gorzka 200 ml,

dieta	warto energet.	2120,32 Kcal	białko	86,022 g	tłuszcz	73,263 g	w głow.przysw.	315,479 g
	nasycone kwasy tł.	54,808 g	błonnik	40,353 g	sól	2,136 g	cukier prosty	6,515 g

Osoba sporz dzaj ca:

Marta Lefek-Dryja