

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-02 Dieta: PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 350ml (BIA), herbata 250ml , masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno -razowe 120g (GLU Pszen), Jajecznica 70g (JAJ), pomidor 70g ,	Kapuśniak z ziemniakami 350ml (GLU Pszen, SEL), Gulasz w sosie meksykańskim 150g (GLU Pszen, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU Pszen), mięta 250ml ,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 50g , pomarańcza 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2320.08 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 78.43 g; Węglowodany ogółem: 342.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.04 g; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.35 g; Sód: 2739.41 mg;		
poniedziałek 2026-03-02 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 350ml (BIA), herbata 250ml , masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno -razowe 120g (GLU Pszen), Jajecznica 70g (JAJ), pomidor b/s 70g ,	Zupa grysikowa 350ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Gulasz w sosie bolońskim 150g (GLU Pszen, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU Pszen), mięta 250ml ,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 50g , pomarańcza 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1977.18 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 53.58 g; Węglowodany ogółem: 308.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.59 g; suma cukrów prostych: 56.08 g; Błonnik pokarmowy: 24.48 g; Sód: 3158.29 mg;		
poniedziałek 2026-03-02 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami jaglanymi 350ml (BIA), herbata b/c 250ml , masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU Pszen), Jajecznica 70g (JAJ), pomidor 70g , II Śniadanie: kisiel 200ml bez cukru ,	Kapuśniak z ziemniakami 350ml (GLU Pszen, SEL), Gulasz w sosie bolońskim 150g (GLU Pszen, SEL), Kasza bulgur 200g (GLU Pszen), mięta b/c 250ml , Podwieczorek: maślanka 200ml (BIA),	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 50g , pomarańcza 70g , Posiłek nocny: Kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (BIA, GLU Pszen),
Wartości odżywcze: Energia : 2430.42 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 77.32 g; Węglowodany ogółem: 377.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.39 g; suma cukrów prostych: 88.45 g; Błonnik pokarmowy: 39.75 g; Sód: 2961.78 mg;		

Dietetyk

.....

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-04 Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z makaronem 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), pasta jajeczna 50g (<i>JAJ</i>), papryka konserwowa 70g,	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), Łazanki z kapustą i pieczarkami 250g (<i>GLU Pszen, JAJ</i>), sok owocowy 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), Zupa mleczna z zacierką 250ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), ser żółty 50g (<i>BIA</i>), banan 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2441.96 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 80.38 g; Węglowodany ogółem: 372.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.12 g; suma cukrów prostych: 69.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; Sód: 2460.20 mg;		
środa 2026-03-04 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z makaronem 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), pasta jajeczna 50g (<i>JAJ</i>), pomidor b/s 70g,	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), Makaron z mięsem i warzywami 250g (<i>SEL</i>), sok owocowy 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), Zupa mleczna z zacierką 250ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), Twaróg półtłusty 50g (<i>BIA</i>), banan 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2238.25 kcal; Białko ogółem: 82.24 g; Tłuszcz: 61.45 g; Węglowodany ogółem: 360.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; suma cukrów prostych: 71.73 g; Błonnik pokarmowy: 25.44 g; Sód: 1835.91 mg;		
środa 2026-03-04 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z makaronem 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), pieczywo razowe 100g (<i>GLU Pszen</i>), pasta jajeczna 50g (<i>JAJ</i>), papryka konserwowa 70g, II Śniadanie: mus owocowo-warzywny,	Krupnik z kaszy jęczmiennej 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), Makaron z mięsem i warzywami 250g (<i>SEL</i>), sok owocowy b/c 250ml, Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), Zupa mleczna z zacierką 250ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), pieczywo razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), Twaróg półtłusty 50g (<i>BIA</i>), pomarańcza 70g, Posiłek nocny: Kanapka z masłem, wędliną i pomidorem 1szt (<i>BIA, GLU Pszen</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2226.50 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 360.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g; suma cukrów prostych: 67.20 g; Błonnik pokarmowy: 39.78 g; Sód: 2733.17 mg;		

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-05 Dieta: PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (BIA, GLU Pszen), herbata 250ml, masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (GLU Pszen), pasztetowa drobiowa 50g (GLU Pszen, MIE, DWU), ogórek kiszony 70g,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU Pszen, JAJ, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU Pszen, JAJ), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 150g, Rumianek 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2350.58 kcal; Białko ogółem: 82.29 g; Tłuszcz: 84.85 g; Węglowodany ogółem: 338.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.89 g; suma cukrów prostych: 101.40 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g; Sód: 3462.86 mg;		
czwartek 2026-03-05 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (BIA, GLU Pszen), herbata 250ml, masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (GLU Pszen), pasztetowa drobiowa 50g (GLU Pszen, MIE, DWU), ogórek kiszony b/s 70g,	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU Pszen, JAJ, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU Pszen, JAJ), ziemniaki 200g, bukiet warzyw gotowany 150g, Rumianek 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik drobiowy 50g, jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2281.19 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.80 g; suma cukrów prostych: 101.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; Sód: 3340.55 mg;		
czwartek 2026-03-05 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (BIA, GLU Pszen), herbata b/c 250ml, masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU Pszen), pasztetowa drobiowa 50g (GLU Pszen, MIE, DWU), ogórek kiszony 70g, II Śniadanie: budyń bez soku (BIA),	Barszcz czerwony z makaronem 350ml (BIA, GLU Pszen, JAJ, SEL), kotlet siekany z kurczaka z warzywami 100g (GLU Pszen, JAJ), ziemniaki 200g, mieszanka zielonych warzyw 150g, rumianek b/c 250ml, Podwieczorek: maślanka 200ml (BIA),	kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, jabłko 1szt, Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem i pomidorem 1szt (BIA, GLU Pszen),
Wartości odżywcze: Energia : 2706.44 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 97.10 g; Węglowodany ogółem: 391.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.96 g; suma cukrów prostych: 132.98 g; Błonnik pokarmowy: 38.91 g; Sód: 3757.49 mg;		

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-06 Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (<i>BIA, GLU Pszen</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), Ser topiony 25g (<i>BIA</i>), jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), pomidor 70g,	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (<i>GLU Pszen, SEL</i>), Ryba panierowana 100g (<i>GLU Pszen, JAJ, RYB</i>), ziemniaki 200g, marchewka z groszkiem 150g, mięta 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (<i>BIA</i>), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), twarożek z zieleniną 70g (<i>BIA</i>), pomarańcza 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2257.39 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 68.70 g; Węglowodany ogółem: 341.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.56 g; suma cukrów prostych: 61.69 g; Błonnik pokarmowy: 31.75 g; Sód: 2544.72 mg;		
piątek 2026-03-06 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (<i>BIA, GLU Pszen</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), twaróg półtłusty 25g (<i>BIA</i>), jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), pomidor 70g,	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (<i>GLU Pszen, SEL</i>), Ryba gotowana 100g, sos jarzynowy 150g (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), ziemniaki 200g, mięta 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (<i>BIA</i>), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), twarożek z zieleniną 70g (<i>BIA</i>), pomarańcza 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2145.15 kcal; Białko ogółem: 106.31 g; Tłuszcz: 55.22 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; suma cukrów prostych: 63.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sód: 2767.61 mg;		
piątek 2026-03-06 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (<i>BIA, GLU Pszen</i>), herbata b/c 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), pieczywo razowe 100g (<i>GLU Pszen</i>), twaróg półtłusty 25g (<i>BIA</i>), jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), pomidor 70g, II Śniadanie: kefir 150g (<i>BIA</i>),	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (<i>GLU Pszen, SEL</i>), Ryba gotowana 100g, sos jarzynowy 150g (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), ziemniaki 200g, mięta b/c 250ml, Podwieczorek: ciasteczka owsiane 30g (<i>GLU Pszen, JAJ</i>),	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250ml (<i>BIA</i>), pieczywo razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), twarożek z zieleniną 70g (<i>BIA</i>), pomarańcza 70g, Posiłek nocny: Kanapka z serem białym i salata 1szt (<i>BIA, GLU Pszen</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2292.48 kcal; Białko ogółem: 114.88 g; Tłuszcz: 67.88 g; Węglowodany ogółem: 341.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.33 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Błonnik pokarmowy: 40.08 g; Sód: 2861.81 mg;		

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-07 Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z mianą 350ml (<i>BIA, GLU Pszen</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), wędlina z warzywami 50g, ogórek kiszony 70g,	zupa ziemniaczana z ciecierzycą 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), roladka drobiowa 100g, sos bazyliowo-pomidorowy 60ml (<i>GLU Pszen</i>), ryż na sypko 200g, bukiet warzyw gotowany 150g, kompot 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), zupa mleczna z makaronem 250ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), szynka konserwowa 50g (<i>SOJ</i>), jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2239.33 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 53.94 g; Węglowodany ogółem: 360.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.03 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; Sód: 3342.78 mg;		
sobota 2026-03-07 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z mianą 350ml (<i>BIA, GLU Pszen</i>), herbata 250ml, masło extra 15g (<i>BIA</i>), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), wędlina z warzywami 50g, ogórek kiszony 70g,	zupa ziemniaczana z ciecierzycą 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), roladka drobiowa 100g, sos bazyliowo-pomidorowy 60ml (<i>GLU Pszen</i>), ryż na sypko 200g, bukiet warzyw gotowany 150g, kompot 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), zupa mleczna z makaronem 250ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (<i>GLU Pszen</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), szynka konserwowa 50g (<i>SOJ</i>), jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2239.33 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 53.94 g; Węglowodany ogółem: 360.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.03 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; Sód: 3342.78 mg;		
sobota 2026-03-07 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z mianą 350ml (<i>BIA, GLU Pszen</i>), herbata b/c 250ml, pieczywo razowe 100g (<i>GLU Pszen</i>), wędlina z warzywami 50g, ogórek kiszony 70g, II Śniadanie: jogurt nat 150g (<i>BIA</i>),	zupa ziemniaczana z ciecierzycą 350ml (<i>BIA, GLU Pszen, SEL, GOR</i>), roladka drobiowa 100g, sos bazyliowo-pomidorowy 60ml (<i>GLU Pszen</i>), ryż na sypko 200g, bukiet warzyw gotowany 150g, kompot 250ml, Podwieczorek: mus owocowo-warzywny,	kawa z mlekiem 250ml (<i>BIA</i>), zupa mleczna z makaronem 250ml (<i>BIA, GLU Pszen, JAJ</i>), masło extra 15g (<i>BIA</i>), szynka konserwowa 50g (<i>SOJ</i>), jabłko 1szt, pieczywo razowe 120g (<i>GLU Pszen</i>), Posiłek nocny: Kanapka z masłem, wędliną i sałatą 1szt (<i>BIA, GLU Pszen</i>),
Wartości odżywcze: Energia : 2204.59 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 50.32 g; Węglowodany ogółem: 368.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.82 g; suma cukrów prostych: 67.93 g; Błonnik pokarmowy: 40.22 g; Sód: 3796.89 mg;		

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), herbata 250ml , masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno -razowe 120g (GLU Pszen), polędwica drobiowa 50g , ogórek konserwowy 70g (GOR),	Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), stek drobiowy z serem 100g (BIA, GLU Pszen, JAJ), ziemniaki 200g , Surówka z białej kapusty 150g , napój owocowy 250ml ,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU Pszen), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), wędlina z majrankiem 50g (BIA, SOJ), pomarańcza 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2444.51 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 88.11 g; Węglowodany ogółem: 341.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.17 g; suma cukrów prostych: 65.20 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sód: 3499.36 mg;		
niedziela 2026-03-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), herbata 250ml , masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno -razowe 120g (GLU Pszen), polędwica drobiowa 50g , pomidor b/s 70g ,	Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Kotlet na parze 100g , ziemniaki 200g , bukiet warzyw gotowany 150g , napój owocowy 250ml ,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU Pszen), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), wędlina z majrankiem 50g (BIA, SOJ), pomarańcza 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2204.20 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 63.73 g; Węglowodany ogółem: 333.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.83 g; suma cukrów prostych: 60.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g; Sód: 2735.46 mg;		
niedziela 2026-03-08		
Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (BIA), herbata b/c 250ml , masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno -razowe 120g (GLU Pszen), polędwica drobiowa 50g , ogórek konserwowy 70g (GOR), II Śniadanie: ciasteczka owsiane 30g (GLU Pszen, JAJ),	Zupa jarzynowa 350ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Kotlet na parze 100g , ziemniaki 200g , kalafior z brokulem 150g , napój owocowy 250ml , Podwieczorek: kefir 150g (BIA),	kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 250ml (BIA, GLU Pszen), pieczywo razowe 120g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), wędlina z majrankiem 50g , pomarańcza 70g , Posiłek nocny: kanapka z pastą jajeczną 1szt (BIA, GLU Pszen),
Wartości odżywcze: Energia : 2392.93 kcal; Białko ogółem: 113.10 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 356.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.37 g; suma cukrów prostych: 70.44 g; Błonnik pokarmowy: 37.45 g; Sód: 2932.09 mg;		

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Radziejów		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-09 Dieta: PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), herbata 250ml, masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (GLU Pszen), ser żółty 50g (BIA), papryka 70g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Medaliony wieprzowe z marchewką 100g (GLU Pszen, JAJ), sos naturalny 60ml (BIA, GLU Pszen), Kasza bulgur 200g (GLU Pszen), Buraczki gotowane 150g, mięta 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), sałatka z tuńczyka 100g (JAJ), jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2485.98 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 348.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; suma cukrów prostych: 53.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; Sód: 3229.28 mg;		
poniedziałek 2026-03-09 Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), herbata 250ml, masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 120g (GLU Pszen), ser biały 50g (BIA), pomidor b/s 70g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Medaliony wieprzowe z marchewką 100g (GLU Pszen, JAJ), sos naturalny 60ml (BIA, GLU Pszen), Kasza bulgur 200g (GLU Pszen), Buraczki gotowane 150g, mięta 250ml,	kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo mieszane pszenno-razowe 150g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), sałatka z tuńczyka 100g (JAJ), jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2384.82 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 78.41 g; Węglowodany ogółem: 347.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.60 g; suma cukrów prostych: 55.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; Sód: 2864.51 mg;		
poniedziałek 2026-03-09 Dieta: Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z zacierką 350ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), herbata b/c 250ml, masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 100g (GLU Pszen), ser biały 50g (BIA), papryka 70g, II Śniadanie: kisiel 200ml bez cukru,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Medaliony wieprzowe z marchewką 100g (GLU Pszen, JAJ), sos naturalny 60ml (BIA, GLU Pszen), Kasza bulgur 200g (GLU Pszen), Buraczki gotowane 150g, mięta b/c 250ml, Podwieczorek: baton owsiany 1szt (GLU Pszen, JAJ),	kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), sałatka z tuńczyka 100g (JAJ), jabłko 1szt, Posiłek nocny: Kanapka z serem białym i masłem 1szt (BIA, GLU Pszen),
Wartości odżywcze: Energia : 2750.23 kcal; Białko ogółem: 105.07 g; Tłuszcz: 97.77 g; Węglowodany ogółem: 399.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.72 g; suma cukrów prostych: 87.75 g; Błonnik pokarmowy: 39.98 g; Sód: 3011.95 mg;		

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny

Dietetyk

Klaudia Zawadzka
dietetyk kliniczny