Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-10-29 czwartek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Płatki jaglane na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Wędlina szynka wp. zapiekana Bielesz 95% 60 g Smalczyk wegański z fasoli, cebuli i jabłka 40 g Rukola 5 g Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo - drobiowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (***GLU JĘCZ***) Noga trybowana pieczona 100 g (***GORCZY***) Sos brokułowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Surówka z kapusty białej, ogórkiem, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Kociołek cygański z warzywami i mięsem wieprzowym 350 g (***SELER***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) herbata bez cukru 250 ml	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***) Gruszka 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,3** **Białko ogółem [g] 98,3** **Tłuszcz [g] 72,2** **Węglowodany ogółem [g] 302,7** **Błonnik pokarmowy [g] 33,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,9** **Glukoza [g] 11,7** **Fruktoza [g] 21,3** **Laktoza [g] 13** **suma cukrów prostych [g] 69,4** **Sód [mg] 1 089,7**
	Dzieci Obrzyce	Płatki jaglane na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Smalczyk wegański z fasoli, cebuli i jabłka 40 g Wędlina szynka wp. zapiekana Bielesz 95% 60 g Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Rukola 5 g Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo - drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Sos brokułowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (***GLU JĘCZ***) Noga trybowana pieczona 100 g (***GORCZY***) Surówka z kapusty białej, ogórkiem, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Naleśnik z serem parowane (31% twarogu) 1szt/100g 400 g (***GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) sos jogurtowo-cynamonowy 150 ml (***MLEKO***) Herbata b/cukru 200 g	Gruszka 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 115,6** **Białko ogółem [g] 90,4** **Tłuszcz [g] 80,9** **Węglowodany ogółem [g] 275,2** **Błonnik pokarmowy [g] 27,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6** **Glukoza [g] 12,4** **Fruktoza [g] 26** **Laktoza [g] 17,8** **suma cukrów prostych [g] 103,7** **Sód [mg] 1 113,6**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-29 czwartek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Smalczyk wegański z fasoli, cebuli i jabłka 40 g Wędlina szynka wp. zapiekana Bielesz 95% 60 g Pomidor w ćwiartki 80 g Rukola 5 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Bułka grahamka 1 szt 80 g (***GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb żytni (1 kromka) 50 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sałatka z ogórkiem, papryką i szczypiorkiem 150 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo - drobiowym 350 g (***SELER***) Sos brokułowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Noga trybowana gotowana/parowana 100 g Kasza pęczak gotowana 200 g (***GLU JĘCZ***) Surówka z kapusty białej, ogórkiem, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Jabłko 1szt 120 g Słonecznik łuskany 15 g	Kociołek cygański z warzywami i mięsem wieprzowym 350 g (***SELER***) Chleb żytni (2 kromki) 100 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***) Gruszka 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 273** **Białko ogółem [g] 103,8** **Tłuszcz [g] 69,5** **Węglowodany ogółem [g] 308,5** **Błonnik pokarmowy [g] 35,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 12,8** **Glukoza [g] 16,3** **Fruktoza [g] 30,3** **Laktoza [g] 4** **suma cukrów prostych [g] 76,4** **Sód [mg] 1 275,4**
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Płatki jaglane na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Wędlina szynka wp. zapiekana Bielesz 95% 60 g Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Pomidor w ćwiartki 80 g Rukola 5 g Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo - drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Kasza jęczmienna gotowana 200 g (***GLU JĘCZ***) Sos brokułowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Noga trybowana gotowana/parowana 100 g Marchew gotowana 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Kociołek cygański z warzywami i mięsem wieprzowym 350 g (***SELER***) Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***) Gruszka 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,6** **Białko ogółem [g] 98,1** **Tłuszcz [g] 69** **Węglowodany ogółem [g] 296,5** **Błonnik pokarmowy [g] 34,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20** **Glukoza [g] 11,3** **Fruktoza [g] 21** **Laktoza [g] 14,3** **suma cukrów prostych [g] 62,1** **Sód [mg] 790,9**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-29 czwartek	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Płatki jaglane na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Smalczyk wegański z fasoli, cebuli i jabłka 80 g Chleb baltnowoski psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Pomidor w ćwiartki 80 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Rukola 5 g Herbata b/cukru 200 g		zupa kalafiorowa z ziemniakami na wywarze jarzynowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Gulasz z wege mięsa z warzywami 150 g (***SELER, GLUT PSZ***) Kasza pęczak gotowana 200 g (***GLU JĘCZ***) Surówka z kapusty białej, ogórkiem, koperkiem i olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Kociołek cygański z fasolą czerwoną wege 350 g (***SELER***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***) Gruszka 250 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,8** **Białko ogółem [g] 83,3** **Tłuszcz [g] 62,4** **Węglowodany ogółem [g] 374,9** **Błonnik pokarmowy [g] 46,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 9,7** **Glukoza [g] 12** **Fruktoza [g] 21,8** **Laktoza [g] 13,5** **suma cukrów prostych [g] 74,4** **Sód [mg] 973,7**
2026-10-30 piątek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 350 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Kakao na mleku 250 ml (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g Marchewka mini gotowana 60 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Filet z miruny pieczony 110 g (***RYBY***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 200 g Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ogórek świeży zielony 60 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 324,6** **Białko ogółem [g] 109,5** **Tłuszcz [g] 64,4** **Węglowodany ogółem [g] 321,9** **Błonnik pokarmowy [g] 31,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8** **Glukoza [g] 9,6** **Fruktoza [g] 10,5** **Laktoza [g] 19,9** **suma cukrów prostych [g] 70,9** **Sód [mg] 1 650,3**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-30 piątek	Dzieci Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Jajko gotowane 2 szt. 100 g (***JAJA***) Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Kakao na mleku 2% bez cukru 250 ml (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***) Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	Zupa pomidorowa z makaronem pszennym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Filet z miruny pieczony 110 g (***RYBY***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 200 g Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Ogórek świeży zielony 60 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 348,1** **Białko ogółem [g] 112** **Tłuszcz [g] 82,2** **Węglowodany ogółem [g] 318,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5** **Glukoza [g] 7,5** **Fruktoza [g] 8,6** **Laktoza [g] 23,7** **suma cukrów prostych [g] 68,2** **Sód [mg] 1 732,7**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Marchewka mini gotowana 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Kakao na mleku 250 ml (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Owsianka w tubce 100g 100 g (***GLUTEN***)	Zupa pomidorowa z makaronem brązowym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 200 g Filet z miruny pieczony 110 g (***RYBY***) Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml	Sałatka z rukoli, buraka, nasionami z olejem 150 g	Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Ogórek świeży zielony 60 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240,2** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 71,2** **Węglowodany ogółem [g] 298,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,3** **Glukoza [g] 9,8** **Fruktoza [g] 10,7** **Laktoza [g] 9,6** **suma cukrów prostych [g] 61,2** **Sód [mg] 1 768,5**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

2026-10-30 piątek	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Wędlina Szynkowa dębowa drobiowa 82% mięsa/ grubo rozdrobniona 40 g Marchewka mini gotowana 80 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Kakao na mleku 250 ml (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Pulpet z mięsa mielonego wieprzowego parowany 100 g (***JAJA, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Pomidor 60 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397,8** **Białko ogółem [g] 114,4** **Tłuszcz [g] 60,1** **Węglowodany ogółem [g] 354,9** **Błonnik pokarmowy [g] 28,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,4** **Glukoza [g] 9,8** **Fruktoza [g] 10,9** **Laktoza [g] 17,8** **suma cukrów prostych [g] 79,4** **Sód [mg] 1 604,7**
	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Jajko gotowane 2szt. 100 g (***JAJA***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Marchewka mini gotowana 80 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Kakao na mleku 200 ml (***MLEKO***) Herbata b/cukru 200 g		Zupa pomidorowa z makaronem pszennym na wywarze jarzynowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Knedle z nadzieniem owocowym 300 g Sos truskawkowy 150 g (***MLEKO***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 80 g (***MLEKO***) Sałatka z rukoli, buraka, nasionami z olejem 150 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb żytni 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ogórek świeży zielony 60 g Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 386,8** **Białko ogółem [g] 77,5** **Tłuszcz [g] 56** **Węglowodany ogółem [g] 388,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3** **Glukoza [g] 10,1** **Fruktoza [g] 11** **Laktoza [g] 20** **suma cukrów prostych [g] 77** **Sód [mg] 951,7**

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-31 sobota	Dieta Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (***JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Ser żółty Edamski light 40 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Leczo wegetariańskie gotowane z soczewicą 200 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta z makreli w pomidorach i twarogu 70 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY***) Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/ 82% mięso wieprzowe 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Sałatka szwedzka 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 389,2** **Białko ogółem [g] 95,1** **Tłuszcz [g] 73,1** **Węglowodany ogółem [g] 335,8** **Błonnik pokarmowy [g] 37,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9** **Glukoza [g] 13,2** **Fruktoza [g] 14,7** **Laktoza [g] 13,1** **suma cukrów prostych [g] 79,6** **Sód [mg] 1 930,6**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

2026-10-31 sobota	Dzieci Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Serek wiejski 1szt./150g 150 g (***MLEKO***) Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (***JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Rzodkiewka 80 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Leczo wegetariańskie gotowane z soczewicą 200 g (***GLUTEN, SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200 g		Pasta z makreli w pomidorach i twarogu 60 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY***) Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/ 82% mięso wieprzowe 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Sałatka szwedzka 60 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 386,3** **Białko ogółem [g] 97,8** **Tłuszcz [g] 79,9** **Węglowodany ogółem [g] 323** **Błonnik pokarmowy [g] 38,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6** **Glukoza [g] 10,4** **Fruktoza [g] 12,7** **Laktoza [g] 15,6** **suma cukrów prostych [g] 68,8** **Sód [mg] 1 601,1**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Ser żółty Edamski light 40 g (***MLEKO***) Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (***JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Pomidor w ćwiartki 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt Słonecznik łuskany 15 g	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Leczo wegetariańskie gotowane z soczewicą 200 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Sałatka ze świeżych warzyw ze słonecznikiem (145g/5g) 150 g	Wędlina schab ojca Grzegorza wieprzowa/ 82% mięso wieprzowe 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Pasta z makreli w pomidorach i twarogu 60 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Ogórek kiszony w plastry 80 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278** **Białko ogółem [g] 92,7** **Tłuszcz [g] 75,1** **Węglowodany ogółem [g] 313,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6** **Glukoza [g] 14,9** **Fruktoza [g] 17,3** **Laktoza [g] 2,9** **suma cukrów prostych [g] 68,5** **Sód [mg] 2 039,4**

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-10-31 sobota	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Wędlina Polędwica Wiśniowa wieprzowa/ 73% mięsa wieprzowego 40 g (***JAJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Pasta z dyni i twarogu półtłustego (1:1) 60 g (***MLEKO***) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Klopsiki drobiowe parowane 3szt/120g 120 g (***GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Sos koperkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) kalafior gotowany z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Serek wiejski 1szt./150g 150 g (***MLEKO***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Pomidor 80 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,5** **Białko ogółem [g] 110,7** **Tłuszcz [g] 60,9** **Węglowodany ogółem [g] 331,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2** **Glukoza [g] 10,7** **Fruktoza [g] 11,7** **Laktoza [g] 16,9** **suma cukrów prostych [g] 63,7** **Sód [mg] 1 578,2**
	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Serek wiejski 1szt./150g 150 g (***MLEKO***) Pomidor 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Leczo wegetariańskie gotowane z soczewicą 200 g (***GLUTEN, SELER***) Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 200 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta z makreli w pomidorach i twarogu 80 g (***GLUTEN, JAJA, RYBY, MLEKO, SELER, GORCZY***) Ser żółty Edamski light 40 g (***MLEKO***) Sałatka szwedzka 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,3** **Białko ogółem [g] 92** **Tłuszcz [g] 75,5** **Węglowodany ogółem [g] 337** **Błonnik pokarmowy [g] 37** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5** **Glukoza [g] 13** **Fruktoza [g] 14,3** **Laktoza [g] 16,8** **suma cukrów prostych [g] 80,7** **Sód [mg] 1 540,4**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-01 niedziela	Dieta Podstawowa Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUTEN***) Pasta z białej fasoli 80 g Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 250 g		Rosół z makaronem pszennym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***GLUTEN, SELER, GLUT PSZ***) Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (***GORCZY***) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pieczeniowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Wędlina szynkowa Jana 40 g Pasta twarogowa (półtłusta) z koperkiem 50 g (***MLEKO***) Ogórek świeży zielony 60 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,3** **Białko ogółem [g] 107,6** **Tłuszcz [g] 78,4** **Węglowodany ogółem [g] 296,1** **Błonnik pokarmowy [g] 34,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5** **Glukoza [g] 4,7** **Fruktoza [g] 6,1** **Laktoza [g] 11,2** **suma cukrów prostych [g] 46,9** **Sód [mg] 1 414,6**
	Dzieci Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUTEN***) Pasta z białej fasoli 60 g Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Sok jabłko-wiśnia (100% owoców) 1 szt	Rosół z makaronem pszennym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***GLUTEN, SELER, GLUT PSZ***) Udko z kurczaka pieczone 1szt 180 g (***GORCZY***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Sos pieczeniowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Pasta twarogowa (półtłusta) z koperkiem 60 g (***MLEKO***) Ogórek świeży zielony 60 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Kiwi 1 szt 75 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 395,6** **Białko ogółem [g] 99,9** **Tłuszcz [g] 79,8** **Węglowodany ogółem [g] 308,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2** **Glukoza [g] 9** **Fruktoza [g] 13,6** **Laktoza [g] 11,5** **suma cukrów prostych [g] 57** **Sód [mg] 1 345,5**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-01 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Pasta z białej fasoli 80 g Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Liść sałaty 5 g Pomidor w ćwiartki 80 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sok pomidorowy 1 szt /200ml (100% warzyw) 1 szt	Rosół z makaronem razowym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***GLUTEN, SELER, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Sos pieczeniowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml	Koktajl mleczny z jogurtu naturalnego, tuskawki (45g) i banana (60g) 150 g (***MLEKO***)	Wędlina szynkowa Jana 40 g Pasta twarogowa (półtłusta) z koperkiem 50 g (***MLEKO***) Ogórek świeży zielony 60 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Herbata b/cukru 250 g	Jaglanka w tubce 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 193,2** **Białko ogółem [g] 101** **Tłuszcz [g] 73,8** **Węglowodany ogółem [g] 286** **Błonnik pokarmowy [g] 21,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,2** **Glukoza [g] 7,2** **Fruktoza [g] 8,9** **Laktoza [g] 4** **suma cukrów prostych [g] 41,6** **Sód [mg] 1 461,8**
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUJĘCZ***) Pasta z jajka 60 g (***JAJA, MLEKO***) Wędlina polędwica miodowa drobiowa 40 g (***SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g		Rosół z makaronem pszennym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***GLUTEN, SELER, GLUT PSZ***) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Sos pieczeniowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Wędlina szynkowa Jana 40 g Pasta twarogowa (półtłusta) z koperkiem 50 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 55 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310** **Białko ogółem [g] 114,4** **Tłuszcz [g] 71,8** **Węglowodany ogółem [g] 297,8** **Błonnik pokarmowy [g] 26,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4** **Glukoza [g] 5** **Fruktoza [g] 6,6** **Laktoza [g] 11,5** **suma cukrów prostych [g] 45,3** **Sód [mg] 1 548**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-01 niedziela	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUJĘCZ***) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (***MLEKO***) Pasta z białej fasoli 80 g Pomidor w ćwiartki 80 g Liść sałaty 5 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g		Zupa ryżowa na wywarze jarzynowym 350 g (***SELER***) Kotlet z ciecierzycy, pieczony 100 g (***JAJA, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Sos jarzynowy 100 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Twaróg (półtłusty)-plastry 80 g (***MLEKO***) Ogórek świeży zielony 60 g Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,4** **Białko ogółem [g] 72,3** **Tłuszcz [g] 64,8** **Węglowodany ogółem [g] 343,6** **Błonnik pokarmowy [g] 45,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2** **Glukoza [g] 10,2** **Fruktoza [g] 6,5** **Laktoza [g] 13,9** **suma cukrów prostych [g] 58,1** **Sód [mg] 990**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-02 poniedziałek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Kasza kuskus na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Wędlina Polędwica Gazdy wp. 72% 20 g (***SOJA, GORCZY***) Sałatka z kuskusem perłowym 50% czarną soczewicą 17% fasolą konserwową 7% papryką konserwową 8% kukurydzą 5% (Grześ) 80 g (***GLUTEN***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Pomidor w ćwiartki 60 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 250 g		zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz z szynki wieprzowej duszonej (100g mięsa/50g sosu na 150g) 180 g (***MLEKO, SELER***) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Pasta z tuńczyka z twarogiem (1:3) 60 g (***RYBY, SOJA, MLEKO***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 269,3** **Białko ogółem [g] 99,4** **Tłuszcz [g] 75,2** **Węglowodany ogółem [g] 283,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8** **Glukoza [g] 7** **Fruktoza [g] 8,1** **Laktoza [g] 15,6** **suma cukrów prostych [g] 42,3** **Sód [mg] 1 491,1**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-02 poniedziałek	Dzieci Obrzyce	Kasza kuskus na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Wędlina Polędwica Gazdy wp. 72% 20 g (***SOJA, GORCZY***) Sałatka z kuskusem perłowym 50% czarną soczewicą 17% fasolą konserwową 7% papryką konserwową 8% kukurydzą 5% (Grześ) 80 g (***GLUTEN***) Pomidor w ćwiartki 55 g Liść sałaty 5 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Kasza manna na gęsto na mleku 2% z musem truskawkowym (50g/150g) 150 g (***MLEKO, GLUT PSZ***)	zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Gulasz z szynki wieprzowej duszonej (100g mięsa/80g sosu) 180 g (***MLEKO, SELER***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Pasta z tuńczyka z twarogiem (1:3) 60 g (***RYBY, SOJA, MLEKO***) Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,2** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz [g] 80,1** **Węglowodany ogółem [g] 310,7** **Błonnik pokarmowy [g] 28,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6** **Glukoza [g] 8,1** **Fruktoza [g] 9,2** **Laktoza [g] 22,7** **suma cukrów prostych [g] 53** **Sód [mg] 1 560,2**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-02 poniedziałek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Wędlina Polędwica Gazdy wp. 72% 20 g (***SOJA, GORCZY***) Sałatka z kuskusem perłowym 50% czarną soczewicą 17% fasolą konserwową 7% papryką konserwową 8% kukurydzą 5% (Grześ) 80 g (***GLUTEN***) Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Pomidor w ćwiartki 60 g Liść sałaty 5 g Herbata b/cukru 200 g	Kasza manna na gęsto na mleku 2% z musem truskawkowym (50g/150g) 150 g (***MLEKO, GLUT PSZ***)	zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Gulasz z szynki wieprzowej duszonej (100g mięsa/80g sosu) 180 g (***MLEKO, SELER***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt /200ml (100% warzyw) 1 szt	Pasta z tuńczyka z twarogiem (1:3) 60 g (***RYBY, SOJA, MLEKO***) Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 g	Kefir naturalny 1szt. 200 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 60 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,4** **Białko ogółem [g] 102,7** **Tłuszcz [g] 74** **Węglowodany ogółem [g] 283,2** **Błonnik pokarmowy [g] 16,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,2** **Glukoza [g] 9,3** **Fruktoza [g] 10** **Laktoza [g] 11** **suma cukrów prostych [g] 36,1** **Sód [mg] 1 554,5**
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Kasza kuskus na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Wędlina Polędwica Gazdy wp. 72% 40 g (***SOJA, GORCZY***) Pasta twarogowa z mlekiem i cynamonem 80 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 60 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g		zupa szpinakowa z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Gulasz z szynki wieprzowej duszonej (100g mięsa/50g sosu na 150g) 180 g (***MLEKO, SELER***) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia gotowana z olejem rzepakowym i ziołami 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Sałatka jarzynowa delikatna z jogurtem naturalnym 80 g (***JAJA, MLEKO, SELER***) Wędlina filet zapiekany 40 g Pomidor 60 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 200 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 294,1** **Białko ogółem [g] 110,3** **Tłuszcz [g] 68,7** **Węglowodany ogółem [g] 306,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,3** **Glukoza [g] 4,5** **Fruktoza [g] 7,2** **Laktoza [g] 17,4** **suma cukrów prostych [g] 39,1** **Sód [mg] 1 754**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-02 poniedziałek	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Kasza kuskus na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Pasta twarogowa z mlekiem i cynamonem 70 g (***MLEKO***) Sałatka z kuskusem perłowym 50% czarną soczewicą 17% fasolą konserwową 7% papryką konserwową 8% kukurydzą 5% (Grześ) 80 g (***GLUTEN***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 200 g Liść sałaty 5 g		Zupa szpinakowa bezml 350 ml (***SELER, GLUT PSZ***) Pierogi ruskie okrszone cebulką w oleju 300 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Surówka z czerwonej kapusty i oleju rzepakowego 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta z tuńczyka z twarogiem (1:3) 80 g (***RYBY, SOJA, MLEKO***) Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Ogórek kiszony 50 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390,4** **Białko ogółem [g] 95,8** **Tłuszcz [g] 80,3** **Węglowodany ogółem [g] 318,2** **Błonnik pokarmowy [g] 26,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6** **Glukoza [g] 6** **Fruktoza [g] 6,9** **Laktoza [g] 18,1** **suma cukrów prostych [g] 42,4** **Sód [mg] 2 068,8**
2026-11-03 wtorek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Serek Kiri kostka 17 g (***MLEKO***) Pasta z pieczonej ciecierzycy 60 g Roszponka 5 g Marchewka mini gotowana 60 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Gołąbki parowane zawijane z mięsem wieprzowym (50g w 150g produktu) i ryżem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Garnek chłopski z mięsem drobiowym mielonym 350 g (***GLUTEN, JAJA***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 388,5** **Białko ogółem [g] 86,9** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 399,9** **Błonnik pokarmowy [g] 45,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9** **Glukoza [g] 13** **Fruktoza [g] 14,2** **Laktoza [g] 15,2** **suma cukrów prostych [g] 66,3** **Sód [mg] 1 356,9**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

2026-11-03 wtorek	Dzieci Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 60 g (***SOJA, MLEKO***) Serek Tartare śmietankowy 1szt/20g 1 szt Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Marchewka mini gotowana 60 g Roszponka 5 g Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt Serek homogenozwany naturalny 1szt 150 g (***MLEKO***)	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbki parowane zawijane z mięsem wieprzowym (50g w 150g produktu) i ryżem 150 g Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (***SELER***) Sos pomidorowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Garnek chłopski z mięsem drobiowym mielonym 350 g (***GLUTEN, JAJA***) Chleb baltnowoski psz-żyt 70 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 392,3** **Białko ogółem [g] 100,1** **Tłuszcz [g] 73,2** **Węglowodany ogółem [g] 371,1** **Błonnik pokarmowy [g] 39,5** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,7** **Glukoza [g] 12,3** **Fruktoza [g] 14,4** **Laktoza [g] 13** **suma cukrów prostych [g] 75,2** **Sód [mg] 1 905,2**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Serek Kiri kostka 17 g (***MLEKO***) Pasta z pieczonej ciecierzycy 60 g Marchewka mini gotowana 60 g Roszponka 5 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sałatka warzywna ze świeżych warzyw z olejemi i pestkami dyni 150 g	Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Pulpet z mięsa mielonego wieprzowego parowany 80 g (***JAJA, GLUT PSZ***) Surówka z selera i jabłka z olejem rzepakowym 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml	Sok pomidorowy 1 szt /200ml (100% warzyw) 1 szt	Garnek chłopski z mięsem drobiowym mielonym 350 g (***GLUTEN, JAJA***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 322,9** **Białko ogółem [g] 80,1** **Tłuszcz [g] 82,4** **Węglowodany ogółem [g] 338,6** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 14,5** **Glukoza [g] 13,6** **Fruktoza [g] 15,5** **Laktoza [g] 5,4** **suma cukrów prostych [g] 53,2** **Sód [mg] 1 774,7**

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-03 wtorek	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Pasta z jajka 50 g (***JAJA, MLEKO***) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (***SOJA, MLEKO***) Marchewka mini gotowana 55 g Roszponka 5 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa wiejska z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Sos pomidorowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Pulpet z mięsa mielonego wieprzowego parowany 80 g (***JAJA, GLUT PSZ***) Brokuły gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Garnek chłopski z mięsem drobiowym mielonym 350 g (***GLUTEN, JAJA***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 301,4** **Białko ogółem [g] 106,3** **Tłuszcz [g] 53,7** **Węglowodany ogółem [g] 356** **Błonnik pokarmowy [g] 35,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,3** **Glukoza [g] 10,3** **Fruktoza [g] 11,8** **Laktoza [g] 15,3** **suma cukrów prostych [g] 55,4** **Sód [mg] 1 749,6**
	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Płatki owsiane na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT OWIES***) Pasta z pieczonej ciecierzycy 80 g Marchewka mini gotowana 55 g Roszponka 5 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g		Zupa wiejska z ziemniakami bez mleka 350 ml (***SELER, GLUT PSZ***) Gołąbki parowane zawijane z mięsem wieprzowym (50g w 150g produktu) i ryżem 150 g Sos pomidorowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Brokuły gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Garnek chłopski wege 350 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mandarynka 1szt/ ok 80-100g 80 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 220,4** **Białko ogółem [g] 73,1** **Tłuszcz [g] 70,8** **Węglowodany ogółem [g] 327,4** **Błonnik pokarmowy [g] 40,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15** **Glukoza [g] 13,2** **Fruktoza [g] 12,2** **Laktoza [g] 14,5** **suma cukrów prostych [g] 60,4** **Sód [mg] 1 901,9**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-04 środa	Dieta Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Galeretka drobiowa z warzywami (60g mięsa na 100g produktu) 80 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g Papryka świeża 80 g		Kapuśniak z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Ryż biały gotowany 200 g Gulasz drobiowy duszony z kurczaka z warzywami(udziec z kurczaka 100g w potrawie) 180 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Surówka Colesław z kapustą białą i marchewką 200 g (***JAJA, GORCZY***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa (półtłusta) z pieczonym burakiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 200 g	Jaglanka w tubce 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,1** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz [g] 71,4** **Węglowodany ogółem [g] 324,7** **Błonnik pokarmowy [g] 35,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4** **Glukoza [g] 9,6** **Fruktoza [g] 10,8** **Laktoza [g] 13,4** **suma cukrów prostych [g] 48,7** **Sód [mg] 1 765,5**
	Dzieci Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Galeretka drobiowa z warzywami (60g mięsa na 100g produktu) 80 g Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Papryka świeża 80 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	Kapuśniak z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Ryż biały gotowany 200 g Gulasz drobiowy duszony z kurczaka z warzywami (udziec z kurczaka 100g w potrawie) 180 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Surówka Colesław z kapustą białą i marchewką 200 g (***JAJA, GORCZY***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa (półtłusta) z pieczonym burakiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 20 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Pomidor w ćwiartki 80 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jaglanka w tubce 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 390** **Białko ogółem [g] 105,8** **Tłuszcz [g] 66,4** **Węglowodany ogółem [g] 339,5** **Błonnik pokarmowy [g] 37,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29** **Glukoza [g] 12,1** **Fruktoza [g] 17,4** **Laktoza [g] 13,4** **suma cukrów prostych [g] 60,6** **Sód [mg] 1 729,2**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-04 środa	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Galeretka drobiowa z warzywami (60g mięsa na 100g produktu) 80 g Ser żółty Edamski light 20 g (***MLEKO***) Papryka świeża 80 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g herbata bez cukru 250 ml	Jabłko 1szt 120 g	Kapuśniak z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Ryż brązowy gotowany 200 g Gulasz drobiowy duszony z kurczaka z warzywami(udziec z kurczaka 100g w potrawie) 180 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Surówka Colesław z kapustą białą i marchewką 200 g (***JAJA, GORCZY***) Kompot owocowy b/c 250 ml	Sok jabłko-gruszka (100% owoców) 1 szt Wafle ryżowe 1szt-15g 1 szt	Pasta twarogowa (półtłusta) z pieczonym burakiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 40 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Pomidor w ćwiartki 80 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jaglanka w tubce 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,3** **Białko ogółem [g] 105** **Tłuszcz [g] 72,6** **Węglowodany ogółem [g] 333,6** **Błonnik pokarmowy [g] 31,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1** **Glukoza [g] 14** **Fruktoza [g] 22,6** **Laktoza [g] 3,3** **suma cukrów prostych [g] 53,5** **Sód [mg] 1 757,9**
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Galeretka drobiowa z warzywami (60g mięsa na 100g produktu) 80 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 80 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa koperkowa na wywarze jarzynowo - drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ryż biały gotowany 200 g Gulasz drobiowy duszony z kurczaka z warzywami(udziec z kurczaka 100g w potrawie) 180 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Dynia gotowana z olejem rzepakowym i ziołami 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Pasta twarogowa (półtłusta) z pieczonym burakiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 40 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Pomidor 60 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Jaglanka w tubce 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,6** **Białko ogółem [g] 112,9** **Tłuszcz [g] 66,5** **Węglowodany ogółem [g] 350** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,9** **Glukoza [g] 4,3** **Fruktoza [g] 6** **Laktoza [g] 16,1** **suma cukrów prostych [g] 37** **Sód [mg] 1 848,6**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-04 środa	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Sałatka z serka wiejskiego z pomidorami i koperkiem (85g serka w 100g produktu) 100 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Papryka świeża 60 g Herbata b/cukru 250 g		Kapuśniak z ziemniakami na wywarze jarzynowym 350 g (***SELER, GLUT PSZ***) Kopytka na parze 300 g (***GLUTEN***) Sos warzywny - śmietanowy z ciecierzycą 150 g (***MLEKO, SELER***) Surówka Colesław z kapustą białą i marchewką 200 g (***JAJA, GORCZY***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Pasta z pieczonym burakiem i twarogiem półtłustym (40g twarogu w 60g pasty) 60 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 200 g Pomidor w ćwiartki 60 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***)	Jaglanka w tubce 1szt/100g 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 397,3** **Białko ogółem [g] 78,6** **Tłuszcz [g] 75,1** **Węglowodany ogółem [g] 353,3** **Błonnik pokarmowy [g] 33,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,6** **Glukoza [g] 11** **Fruktoza [g] 10** **Laktoza [g] 16,5** **suma cukrów prostych [g] 53,4** **Sód [mg] 1 531,6**
2026-11-05 czwartek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLUJĘCZ***) Kiełbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (***GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY***) Pasta z grochu z cebulą 40 g Pomidor 80 g Szpinak liście 5 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Kartacze z mięsem wieprzowym (15%) z olejem rzepakowym i koperkiem parowane 4szt (1szt/75g) 300 g (***GLUTEN, SOJA, GORCZY, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml Marchew gotowana oprószana 200 g (***GLUT PSZ***)		Leczo warzywne z mięsem drobiowym 350 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Chleb baltnowoski psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356,4** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 64,7** **Węglowodany ogółem [g] 342,3** **Błonnik pokarmowy [g] 41,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5** **Glukoza [g] 12** **Fruktoza [g] 18** **Laktoza [g] 13,9** **suma cukrów prostych [g] 68,6** **Sód [mg] 791**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-05 czwartek	Dzieci Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLU JĘCZ***) Kiełbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (***GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY***) Pasta z grochu z cebulą 40 g Szpinak liście 5 g Pomidor 50 g Bułka pszenna (75g) 75 g (***GLUT PSZ***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Pomarańcza 265 g	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Surówka z białej kapusty z koperkiem i olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Leczo warzywne z mięsem drobiowym 350 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 151,4** **Białko ogółem [g] 91,8** **Tłuszcz [g] 80,7** **Węglowodany ogółem [g] 278,6** **Błonnik pokarmowy [g] 31,4** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3** **Glukoza [g] 12,1** **Fruktoza [g] 18,6** **Laktoza [g] 13,8** **suma cukrów prostych [g] 71,1** **Sód [mg] 901,5**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Kiełbasa szynkowa ojca Grzegorza/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (***GLUTEN, SKOR, SOJA, GORCZY***) Pasta z grochu z cebulą 40 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Pomidor 50 g Szpinak liście 5 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Owsianka w tubce 100g 100 g (***GLUTEN***)	Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Kasza gryczana gotowana 200 g Udko z kurczaka gotowane bez skóry 1szt 180 g Sos jarzynowy 100 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Pomidory z jogurtem (5:1) 150 g (***MLEKO***)	Leczo warzywne z mięsem drobiowym 350 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 300,4** **Białko ogółem [g] 109,3** **Tłuszcz [g] 67,4** **Węglowodany ogółem [g] 316,3** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 10,2** **Glukoza [g] 12,8** **Fruktoza [g] 18,9** **Laktoza [g] 6,2** **suma cukrów prostych [g] 56,3** **Sód [mg] 581,3**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-05 czwartek	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLU JĘCZ***) Pasta twarogowa 50 g (***MLEKO***) Wędlina Szynka Bartnika drobiowa 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Pomidor 60 g Szpinak liście 5 g Herbata b/cukru 250 g		Barszcz czerwony z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Udko z kurczaka gotowane 1szt 180 g Sos jarzynowy 100 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana oprószana 200 g (***GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Leczo warzywne z mięsem drobiowym 350 g (***GLUTEN, JAJA, SELER***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko gotowane 1szt 120 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 338** **Białko ogółem [g] 114,8** **Tłuszcz [g] 61,8** **Węglowodany ogółem [g] 325,9** **Błonnik pokarmowy [g] 34** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8** **Glukoza [g] 10,6** **Fruktoza [g] 15,8** **Laktoza [g] 16,1** **suma cukrów prostych [g] 64,4** **Sód [mg] 1 336**
	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Płatki jęczmienne na mleku 2% 300 g (***MLEKO, GLU JĘCZ***) Pasta z grochu z cebulą 80 g Pomidor 60 g Szpinak liście 5 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g		Barszcz czerwony z fasolą czerwoną i ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Kasza gryczana gotowana 200 g Kotlet z ciecierzycy, pieczony 100 g (***JAJA, GLUT PSZ***) Surówka z białej kapusty z kukurydzą i olejem 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Leczo warzywne wegetariańskie 350 g (***SELER***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g Jogurt naturalny 1szt/150g 150 g (***MLEKO***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,8** **Białko ogółem [g] 73,6** **Tłuszcz [g] 63,1** **Węglowodany ogółem [g] 362,5** **Błonnik pokarmowy [g] 53,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 11,6** **Glukoza [g] 15,9** **Fruktoza [g] 16,5** **Laktoza [g] 13,5** **suma cukrów prostych [g] 64,6** **Sód [mg] 1 072,8**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-06 piątek	Dieta Podstawowa Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Liść sałaty 5 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 g Kakao na mleku 2% bez cukru 250 ml (***MLEKO***)		Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 350 ml (***SELER***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Śledź w sosie jogurtowym z warzywami (100g ryba, sos 100g) 200 g (***JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Twaróg (półtłusty)-plastry 40 g (***MLEKO***) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Ogórek plastry 60 g Liść sałaty 5 g Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 265,5** **Białko ogółem [g] 90,8** **Tłuszcz [g] 72,8** **Węglowodany ogółem [g] 299** **Błonnik pokarmowy [g] 28** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5** **Glukoza [g] 5** **Fruktoza [g] 5,9** **Laktoza [g] 19,9** **suma cukrów prostych [g] 66,3** **Sód [mg] 2 947,4**
	Dzieci Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 350 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Liść sałaty 5 g Pomidor 86 g Masło 82% tłuszczu 5 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g Kakao na mleku z cukrem 250 ml (***MLEKO***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***)	Banan 160 g Dynia pestki 15 g	Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 350 ml (***SELER***) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem rzepakowym 200 g Filet z miruny pieczony 110 g (***RYBY***) Sos grecki 100 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Ser żółty Edamski light 40 g (***MLEKO***) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Ogórek plastry 60 g Liść sałaty 5 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 372,9** **Białko ogółem [g] 99** **Tłuszcz [g] 66,3** **Węglowodany ogółem [g] 329,4** **Błonnik pokarmowy [g] 33,2** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8** **Glukoza [g] 11,3** **Fruktoza [g] 11,9** **Laktoza [g] 16,6** **suma cukrów prostych [g] 83,2** **Sód [mg] 1 638,8**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-06 piątek	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) wędlina szynka ojca Grzegorza wieprzowa/ 85% mięsa wieprzowego 40 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY***) Liść sałaty 5 g Pomidor 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sałatka warzywna ze świeżych warzyw z olejemi i pestkami dyni 150 g	Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 350 ml (***SELER***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Śledź w sosie jogurtowym z warzywami (100g ryba, sos 100g) 200 g (***JAJA, RYBY, MLEKO, GORCZY***) Kompot owocowy b/c 250 ml	Kefir rozlewany 200 g (***MLEKO***) Pomidor w ćwiartki 60 g	Twaróg (półtłusty)-plastry 40 g (***MLEKO***) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Ogórek plastry 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 195,3** **Białko ogółem [g] 94,1** **Tłuszcz [g] 78,8** **Węglowodany ogółem [g] 270,1** **Błonnik pokarmowy [g] 18,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,3** **Glukoza [g] 6,9** **Fruktoza [g] 8,2** **Laktoza [g] 11** **suma cukrów prostych [g] 58,3** **Sód [mg] 3 170,8**
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Pomidor 60 g Liść sałaty 5 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g Kakao na mleku 2% bez cukru 200 ml (***MLEKO***)		Zupa ryżowa na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***SELER***) Pulpet drobiowy parowany 80 g (***GLUTEN, JAJA, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Sos grecki 100 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Twaróg (półtłusty)-plastry 40 g (***MLEKO***) Wędlina Szynkowa Dębowa wieprzowa/ 81% mięsa wieprzowego/ średnio rozdrobniona 40 g Pomidor 60 g Liść sałaty 5 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259,4** **Białko ogółem [g] 95,2** **Tłuszcz [g] 55,2** **Węglowodany ogółem [g] 343,4** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6** **Glukoza [g] 6,5** **Fruktoza [g] 8** **Laktoza [g] 17,2** **suma cukrów prostych [g] 65,8** **Sód [mg] 1 660,6**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

2026-11-06 piątek	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Kasza manna na mleku 2% 300 ml (***MLEKO, GLUT PSZ***) Dżem brzoskwiniowy saszetka 1szt/20g o obniżonej zawartości cukru 20 g Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Pomidor 60 g Liść sałaty 5 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g Kakao na mleku z cukrem 250 ml (***MLEKO***)		Zupa ryżowa z ryżem brązowym i groszkiem 350 ml (***SELER***) Pierogi ruskie z masłem 300 g (***GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SIARKA***) Sos jogurtowo-koperkowy 100 g (***MLEKO***) Buraczki gotowane z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		Hummus 100 g Ogórek plastry 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt pieczywo chrupkie 15 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,9** **Białko ogółem [g] 81,2** **Tłuszcz [g] 63,4** **Węglowodany ogółem [g] 365,6** **Błonnik pokarmowy [g] 43,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24** **Glukoza [g] 13,6** **Fruktoza [g] 4,8** **Laktoza [g] 19,7** **suma cukrów prostych [g] 81** **Sód [mg] 1 057,1**

2026-11-07 sobota	Dieta Podstawowa Obrzyce	Płatki ryżowe na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (***MLEKO***) Papryka świeża 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g		Żurek z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY***) Makaron pszenny gotowany 200 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej duszonej (mięso 100g/sos 50g) 150 g (***SELER***) Mieszanka królewska gotowana bez dodatków 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Twaróg (półtłusty)-plastry 60 g (***MLEKO***) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (***SOJA, MLEKO***) Ogórek kiszony w plastry 80 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,4** **Białko ogółem [g] 103,1** **Tłuszcz [g] 63,8** **Węglowodany ogółem [g] 337,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8** **Glukoza [g] 8,8** **Fruktoza [g] 15** **Laktoza [g] 16,5** **suma cukrów prostych [g] 52,1** **Sód [mg] 1 645,2**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

2026-11-07 sobota	Dzieci Obrzyce	Płatki ryżowe na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (***MLEKO***) Papryka świeża 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Koktajl truskawkowy z jogurtem bez cukru (80g owoców na 200g produktu) 150 g (***MLEKO***)	Żurek z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY***) Makaron pszenny gotowany 200 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej duszonej (mięso 100g/sos 50g) 150 g (***SELER***) Mieszanka królewska gotowana bez dodatków 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Twaróg (półtłusty)-plastry 40 g (***MLEKO***) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (***SOJA, MLEKO***) Ogórek kiszony w plastry 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 368,8** **Białko ogółem [g] 101,2** **Tłuszcz [g] 63,5** **Węglowodany ogółem [g] 342,9** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5** **Glukoza [g] 10,2** **Fruktoza [g] 16,4** **Laktoza [g] 15,2** **suma cukrów prostych [g] 54,9** **Sód [mg] 1 667,8**
	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (***MLEKO***) Papryka świeża 80 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) herbata bez cukru 250 ml	Koktajl truskawkowy z jogurtem bez cukru (80g owoców na 200g produktu) 150 g (***MLEKO***)	Żurek z ziemniakami na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZY***) Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej duszonej (mięso 100g/sos 50g) 150 g (***SELER***) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior, march.) z olejem rzepakowym 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml	Sałatka wiosenna z ogórkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem 150 g	Pasta twarogowa (półtłusta) z koperkiem 60 g (***MLEKO***) Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (***SOJA, MLEKO***) Ogórek kiszony w plastry 80 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352,1** **Białko ogółem [g] 99,3** **Tłuszcz [g] 82,8** **Węglowodany ogółem [g] 303,4** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1** **Glukoza [g] 11** **Fruktoza [g] 17,1** **Laktoza [g] 7,7** **suma cukrów prostych [g] 45,2** **Sód [mg] 1 567,6**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-07 sobota	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Płatki ryżowe na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Wędlina polędwica Ani drobiowa z kurcząt 60 g (***GLUTEN, JAJA, ORZESZEK, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZY, SEZAM***) Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 1 szt Pomidor 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Herbata b/cukru 250 g		Zupa ziemniaczana z koperkiem na wywarze jarzynowo - drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Makaron pszenny gotowany 200 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Sos do spaghetti z łopatki wieprzowej duszonej (mięso 100g/sos 50g) 150 g (***SELER***) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior, march.) z olejem rzepakowym 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Wędlina szynka śniadaniowa drobiowa/ 33%indyka, kurczak 12% 40 g (***SOJA, MLEKO***) Twaróg (półtłusty)-plastry 60 g (***MLEKO***) Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 g	Jabłko 1szt 120 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 378,3** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz [g] 58,5** **Węglowodany ogółem [g] 360,8** **Błonnik pokarmowy [g] 24,6** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1** **Glukoza [g] 8,8** **Fruktoza [g] 15,3** **Laktoza [g] 14,1** **suma cukrów prostych [g] 49,3** **Sód [mg] 1 311,7**
	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Płatki ryżowe na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Dżem truskawkowy 1szt/20g 25 g Serek kanapkowy biały plastry/ ser solankowy 75% 20 g (***MLEKO***) Papryka świeża 50 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***)		Zupa ziemniaczana z koperkiem na wywarze jarzynowym 400 g (***SELER, GLUT PSZ***) Makaron pszenny gotowany 200 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Sos pomidorowo-pieczarkowy z białą fasolą 150 g (***SOJA, GLUT PSZ***) Mieszanka królewska gotowana (brokuł,kalafior, march.) z olejem rzepakowym 200 g (***SELER***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Twaróg (półtłusty)-plastry 60 g (***MLEKO***) Miód wielokwiatowy 1szt/ 20g 1 szt Pomidor 50 g Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g	Banan 160 g	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 353,3** **Białko ogółem [g] 67,5** **Tłuszcz [g] 45,1** **Węglowodany ogółem [g] 415,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,1** **Glukoza [g] 24,8** **Fruktoza [g] 26,4** **Laktoza [g] 16** **suma cukrów prostych [g] 105,3** **Sód [mg] 1 081,7**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-08 niedziela	Dieta Podstawowa Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Parówki filetki 2szt. 80 g Ketchup 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 20 g Pomidor 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Ćwikła z chrzanem Rolnik 20 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z piersi kurczaka pieczony 100 g (***GORCZY***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Kompot owocowy b/c 250 ml		Wędlina kiełbasa kminkowa 40 g pasta z twarogu z zieleniną 60 g (***MLEKO***) Ogórek plastry 60 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 344,2** **Białko ogółem [g] 99,2** **Tłuszcz [g] 75** **Węglowodany ogółem [g] 318,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,9** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,8** **Glukoza [g] 9,3** **Fruktoza [g] 10,6** **Laktoza [g] 13,8** **suma cukrów prostych [g] 61,4** **Sód [mg] 1 395,7**
	Dzieci Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Parówki filetki 2szt. 80 g Pomidor 80 g Liść sałaty 5 g Ketchup 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 20 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Budyń z musem truskawkowym 200 g (***MLEKO***)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z piersi kurczaka pieczony 100 g (***GORCZY***) Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml		pasta z twarogu z zieleniną 60 g (***MLEKO***) Wędlina kiełbasa kminkowa 40 g Masło 82% tłuszczu 15 g (***MLEKO***) Ogórek plastry 60 g Chleb baltnowoski psz-żyt 110 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Chleb razowy psz-żyt 30 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 399** **Białko ogółem [g] 102,9** **Tłuszcz [g] 75,7** **Węglowodany ogółem [g] 326,9** **Błonnik pokarmowy [g] 30,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,7** **Glukoza [g] 9,9** **Fruktoza [g] 11,2** **Laktoza [g] 18,6** **suma cukrów prostych [g] 73,2** **Sód [mg] 1 436,5**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

Jadłospisy za okres od dnia 2026-10-29 do dnia 2026-11-08 KUCHNIA OGÓLNA

2026-11-08 niedziela	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Parówki filetki 2szt. 80 g Liść sałaty 5 g Pomidor 80 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Ketchup 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 20 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Budyń z musem truskawkowym 200 g (***MLEKO***)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 ml (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g Ziemniaki gotowane 200 g Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml	Mus 100% owoców 1szt/100g 1 szt	Wędlina kiełbasa kminkowa 40 g pasta z twarogu z zieleniną 60 g (***MLEKO***) Ogórek plastry 60 g Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 10 g Chleb żytni 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Herbata b/cukru 250 g	Sok pomidorowy 1 szt /200ml (100% warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 306,5** **Białko ogółem [g] 105,4** **Tłuszcz [g] 61,8** **Węglowodany ogółem [g] 337,4** **Błonnik pokarmowy [g] 19,1** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,7** **Glukoza [g] 11** **Fruktoza [g] 11,1** **Laktoza [g] 18,6** **suma cukrów prostych [g] 80,7** **Sód [mg] 1 575,8**
	Dieta Łatwostrawna Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Pomidor 80 g Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 230 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Ketchup 20 g Ćwikła z chrzanem Rolnik 20 g		Zupa pomidorowa z ryżem białym na wywarze jarzynowo-drobiowym 350 g (***MLEKO, SELER, GLUT PSZ***) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z piersi kurczaka gotowany/parowany 100 g kalafior gotowany z olejem rzepakowym 200 g Kompot owocowy b/c 250 ml Sos pietruszkowy 100 g (***MLEKO, GLUT PSZ***)		Wędlina kiełbasa kminkowa 40 g pasta z twarogu z zieleniną 60 g (***MLEKO***) Pomidor 60 g Chleb pszenny 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ***) Masło 82% tłuszczu 10 g (***MLEKO***) Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,8** **Białko ogółem [g] 106,5** **Tłuszcz [g] 51,6** **Węglowodany ogółem [g] 338,9** **Błonnik pokarmowy [g] 26,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,5** **Glukoza [g] 8,3** **Fruktoza [g] 11,1** **Laktoza [g] 14** **suma cukrów prostych [g] 49,3** **Sód [mg] 937,1**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

2026-11-08 niedziela	Dieta Wegetariańska Obrzyce	Kasza kukurydziana na mleku 2% 300 g (***MLEKO***) Pasta z grochu z cebulą 80 g Jajko gotowane 50 g (***JAJA***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Pomidor 80 g		Zupa pomidorowa z ryżem bezml 350 ml (***SELER, GLUT PSZ***) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 200 g Sznycel wegetariański 100 g Kompot owocowy b/c 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g		pasta z twarogu z zieleniną 100 g (***MLEKO***) Ogórek plastry 60 g Chleb baltnowoski psz-żyt 140 g (***GLUTEN, GLUT PSZ , GLUT ŻYT***) Margaryna półtusta 39% tłuszczu (zawiera olej rzepakowy) 20 g Herbata b/cukru 250 g	Sok marchewkowo-owocowy 200 ml (100% owoców i warzyw) 1 szt	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,7** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 58,4** **Węglowodany ogółem [g] 331,5** **Błonnik pokarmowy [g] 31,7** **Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,1** **Glukoza [g] 9,4** **Fruktoza [g] 10,7** **Laktoza [g] 13,8** **suma cukrów prostych [g] 57,7** **Sód [mg] 1 033,9**

SZCZEGÓŁOWY WYKAZ SKŁADNIKÓW DAŃ WRAZ Z ALERGENAMI ZNAJDUJE SIĘ W KUCHNI CENTRALNEJ ORAZ U DIETETYKA SZPITALA

IMPEL Zielona Góra
Zyty 26, 65-001, Zielona Góra

Oznaczenia alergenów:

GLUTEN – Zboża zawierajace gluten ,
SKOR – Skorupiaki i pochodne,
JAJA – Jaja i pochodne,
RYBY – Ryby i pochodne,
ORZESZEK – Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJA – Soja i pochodne,
MLEKO – Mleko i pochodne,
ORZECHY – Orzechy,
SELER – Seler i pochodne,
GORCZY – Gorczyca i pochodne,
SEZAM – Nasiona sezamu i pochodne,
SIARKA – Dwutlenek siarki, siarczyny,
ŁUBIN – Łubin i pochodne,
MIĘCZAK – Mięczaki i pochodne,
GLUT PSZ – GLUTEN PSZENICA ,
GLU JĘCZ – GLUTEN JĘCZMIEŃ ,
GLUT OWIES – GLUTEN Z OWSA ,
GLUT ŻYT – GLUTEN ŻYTO ,