Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **29.06.2026r. poniedziałek**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od:04.05.2026

Dieta:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2712,6 kcal Białka: 145 g Tłuszcze: 80 g NKT 35,9 g Węglowodany: 370,8 g W tym cukry 69,5 g Sód: 3011 mg Błonnik 41,4 g			Kaloryczność: 2667,6 kcal Białka: 127,6 g Tłuszcze: 76,5 g NKT 35 g Węglowodany: 380,9 g W tym cukry 71,9 g Sód : 2360 mg Błonnik 31,4 g			Kaloryczność: 2011,1 kcal Białka: 119 g Tłuszcze: 74,3g NKT 31,7 g Węglowodany: 284,7 g W tym cukry 31,3 g Sód : 2628 mg Błonnik 46,3 g	
Śniadanie I	Twarożek ze rzodkiewka 100g Tuńczyk 80 g Papryka świeża 50 g Rukola + kiełki 35 g Miód 25 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 m	2 5 --- -- ---- - 1 2 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g Tuńczyk 80 g Rukola + kiełki 35g Miód 25 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml	2 5 --- - -- 1 -- 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g Tuńczyk 80 g Ogórek świeży 50 g Papryka 50 g Rukola + kiełki 35 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	2 5 --- -- --- 1 4 6 8 9 10 --- ---
Śniadanie II	Zupa mleczna – kasza manna na mleku 200 ml	1 2	Zupa mleczna – kasza manna na mleku 200 ml	1 2	---	
DZIECI	Budyń śmietankowy 200 g	1 2	Budyń śmietankowy 200 g	1 2	---	
POŁOŻNICTWO	---		Budyń śmietankowy 200 g	1 2	---	
Obiad	Zupa kapuśniak z kapusty kiszonej z zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Bitki ze schabu duszone z cebulką 110 g Mizeria z ogórków z koperkiem i śmietaną 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 7 --- ---- 2 ---	Zupa szpinakowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Pulpet na parze 120 g Sos jarzynowy 130 ml Sałata z pomidorami 100 g Kompot 200 ml	1 2 3 --- 1 4 1 3 -- ---	Zupa szpinakowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Pulpet na parze 120 g Sałata z pomidorami 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml	1 2 3 --- 1 4 -- 1
Podwieczorek DZIECI	Kisiel z truskawkami 150 ml	1 2 3 7	Kisiel z truskawkami 150 ml	1 2 3 7	---	
POŁOŻNICTWO			Kisiel z truskawkami 150 ml	1 2 3 7	---	
Kolacja	Szynka wiejska 50 g Ser żółty 30 g Sałata 30 g Gruszka 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml	3 6 7 2 - - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10	Szynka wiejska 60 g Pomidor 100 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml	3 6 7 --- --- 2 1 -- --	Szynka wiejska 60 g Pomidor 100 g Sałata 30 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300	3 6 7 -- --- 2 14 6 8 9 10 -- ---
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g	14 6 8 9 10 -- 2	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g	1 4 6 8 9 10 -- 2	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g	14 6 8 9 10 -- 2

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **30.06.2026r. wtorek**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od:04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 3099kcal Białka: 128,5 g Tłuszcze: 118,3 g NKT 39,7 g Węglowodany: 407,5 g W tym cukry 68,2 g Sód: 3687 mg Błonnik 56,6 g			Kaloryczność: 2642,7 kcal Białka: 111,6 g Tłuszcze: 93,8 g NKT 30,8 g Węglowodany: 356,7 g W tym cukry 78,5 g Sód : 2495 mg Błonnik 40,3 g			Kaloryczność: 2124,1 kcal Białka: 100,7 g Tłuszcze: 95,5 g NKT 26,9 g Węglowodany: 295,7 g W tym cukry 30,6 g Sód: 2085 mg Błonnik 50 ,1 g	
Śniadanie I	Pasztet drobiowy 50 g Rzodkiewka biała z ogórkiem i zieloną pietruszką 80 g Sałata + kiełki 35 g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Jabłko 1 sz. Mus owocowy 1 szt.		3 6 7 ---- --- 1 2 1 2 -- --	Pasztet drobiowy 50 g Sałata + kiełki 35 g Pomidor 100 g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Jabłko 1 szt. Mus owocowy 1 szt.		3 6 7 --- --- 1 -- 1 2 -- ---	Pasztet drobiowy 50 g Sałata + kiełki 35 g Rzodkiew biała z ogórkiem 50 g Pomidor 100 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 --- --- -- 1 4 6 8 9 10 -- ----
Śniadanie II	Zupa mleczna –płatki kukurydziane na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna –płatki kukurydziane na mleku 200 ml		1 2	---		
DZIECI	Twarożek owocowy 150 g		2	Twarożek owocowy 150 g		2	---		
POŁOŻNICTWO	---			Twarożek owocowy 150 g		2	---		
Obiad	Zupa krupnik z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Kotlet de volaille z drobiu smażony 120 g Surówka z kapusty białej 100 g Kompot 200 ml		1 3 --- 1 2 4 1 2 4 ---	Zupa brokułowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane koperkiem 250 g Kurczak gotowany w jogurtowym sosie 150 ml Buraczki 100 g Kompot 200 ml		1 3 4 --- 1 3 --- ---	Zupa brokułowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Filet drobiowy na parze 110 g Buraczki 100 g Herbata bez cukru 200 ml		1 3 4 --- --- --- ---
Podwieczorek							---		
DZIECI	Galaretka owocowa 150g		1 2 3 7 9	Galaretka owocowa 150g		1 2 3 7 9			
POŁOŻNICTWO	---			Galaretka owocowa 150g		1 2 3 7 9	---		
Kolacja	Szynka z indyka 60 g Sałatka wiosenna 100 g Serek naturalny 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 3 4 7 2 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 ---	Szynka z indyka 60 g Sałatka wiosenna 100 g Serek naturalny 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 3 4 7 2 1 --- ---	Szynka z indyka 60 g Sałatka wiosenna 100 g Serek naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml		3 6 7 3 4 7 2 1 4 6 8 9 10 -- ---
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Jajko gotowane 50 g		1 4 6 8 9 10 - 4	Chleb pszenny 30g (1 kromka) Rama 10 g Jajko gotowane 50 g		1 4 6 8 9 10 - 4	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Jajko gotowane 50 g		1 4 6 8 9 10 - 4

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **01.07.2026r. środa**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od:04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2835,5,kcal Białka: 128,7 g Tłuszcze: 106,9 g NKT 39 g Węglowodany: 361,7 g W tym cukry 78 g Sód: 3101 mg Błonnik 41,7 g			Kaloryczność: 2672,4 kcal Białka: 120,9 g Tłuszcze: 81,2 g NKT 29,8 g Węglowodany: 380,4 g W tym cukry 82,8 g Sód: 1760 mg Błonnik 37,4 g			Kaloryczność: 2156 kcal Białka: 121,1 g Tłuszcze: 80 g NKT 29,4 g Węglowodany: 326,6 g W tym cukry 44,1 g Sód: 2289 mg Błonnik 41,3 g	
Śniadanie I	Dżem 70 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 100 g + rukola 30 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml		-- 4 -- 2 1 2 1 2	Dżem 70 g Jajko gotowane 50 g Pomidor 100 g + rukola 30 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		-- 4 - 1 2 1 -- 1 2	Kiełbasa drobiowa 60 g Ser topiony 25 g Pomidor 100 g + rukola 30 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 2 -- 2 1 4 6 8 9 10 -- ---
Śniadanie II	Zupa mleczna –makaron na mleku 200 ml		1 2 4	Zupa mleczna – makaron na mleku 200 ml		1 2 4	---		
DZIECI	Mleko 200 ml Drożdżówka 1 szt.		2 1 2 4 6 8 9 10	Mleko 200 ml Drożdżówka 1 szt.		2 1 2 4 6 8 9 10	---		
POŁOŻNICTWO	---			Mleko 200 ml Drożdżówka 1 szt.		2 1 2 4 6 8 9 10	---		
Obiad	Zupa ogórkowa z zielona pietruszką 400 ml Kasza gryczana gotowana 200 g Gulasz wieprzowy smażony z zieloną pietruszką 150 ml Surówka z marchewki z chrzanem 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 7 1 * 1 3 -- ---	Zupa krupnik ryżowy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Gulasz wieprzowy gotowany 150 ml Surówka z selera , jabłka 100 g Kompot 200 m		1 3 10 * --- 1 3 3 4 ---	Zupa krupnik ryżowy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Sztuka mięsa gotowana 110 g Surówka z selera , jabłka 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml		1 3 10 * --- -- 3 4 1
Podwieczorek	Mus owocowy 150 ml			Mus owocowy 150 ml			---		
DZIECI									
POŁOŻNICTWO				Mus owocowy 150 ml			---		
Kolacja	Twarożek ze szczypiorem 100 g Tuńczyk 80 g Krakowska parzona 30 g Papryka 50 g Sałata + kiełki 35 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		2 5 3 6 7 -- -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --	Twarożek z zielona pietruszka 100 g Tuńczyk 80 g Krakowska parzona 30 g Sałata + kiełki 35 g Jabłko 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml		2 5 5 3 6 7 - -- 1 --- -	Twarożek z zielona pietruszką 100 g Tuńczyk 80 g Krakowska parzona 30 g Sałata + kiełki 35 g Papryka 50 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml		2 5 3 6 7 -- --- 1 4 6 8 9 10 -- ----
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Pasztet drobiowy 50 g		1 4 6 7 8 9 10 - 3 6 7	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Pasztet drobiowy 50 g		1 4 6 7 8 9 10 - 3 6 7	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Pasztet drobiowy 50 g		1 4 6 7 8 9 10 - 3 6 7

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **02.07.2026r. czwartek**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 03
Ważne od:04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 3099,4 kcal Białka: 139,6 g Tłuszcze: 83,3 g NKT 37,6 g Węglowodany: 474,6 g W tym cukry 114,9 g Sód : 3021 mg Błonnik : 59 g			Kaloryczność: 2402,8,kcal Białka: 112.2 g Tłuszcze: 65,4 g NKT 30 g Węglowodany: 358,3 g W tym cukry 65,8 g Sód : 2251 mg Błonnik : 39,2 g			Kaloryczność: 1892,8 kcal Białka: 97,3 g Tłuszcze: 58,2 g NKT 25,3 g Węglowodany: 298,8 g W tym cukry 28,9 g Sód : 2193 mg Błonnik : 52,8 g	
Śniadanie I	Szynka staropolska 60 g Rzodkiewka 50g Rukola 30 g Owoce świeże 1 szt. Miód 25g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Kefir 1 szt.		3 6 7 ---- ---- ---- --- 1 2 1 2 2	Szynka staropolska 60 g Rukola 30g Owoce świeże 1 szt. Miód 25g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Kefir 1 szt.		3 6 7 --- --- -- 1 --- 1 2 2	Szynka staropolska 60 g Rukola 30 g Rzodkiewka 50 g Papryka 50g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml Kefir 1 szt.	3 6 7 --- --- --- 1 4 6 8 9 10 -- -- 2
Śniadanie II	Zupa mleczna – płatki owsiane na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna – płatki owsiane na mleku 200 ml		1 2	---		
DZIECI	Budyń na mleku 200 g		1 2 7 9	Budyń na mleku 200 g		1 2 7 9	---		
POŁOŻNICTWO	---			Budyń na mleku 200 g		1 2 7 9	---		
Obiad	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Rolada drobiowa z warzywami na parze 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 - 1 2 3 - -	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Rolada drobiowa z warzywami na parze 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml		1 3 --- 1 2 3 --- ---	Zupa jarzynowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Rolada drobiowa z warzywami na parze 130 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką z zieloną pietruszką 100 g Herbata miętowa bez cukru	1 3 --- 1 2 3 --- --
Podwieczorek DZIECI	Kisiel z owocami 150g		1 2 3 7	Kisiel z owocami 150g		1 2 3 7	---		
POŁOŻNICTWO	-----			Kisiel z owocami 150g		1 2 3 7	---		
Kolacja	Ser żółty 30 g Szynka z kurczaka 50g Ogórek 100 g Sałata 30 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (2 kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Mus owocowo- warzywny 1 szt.		2 3 6 7 --- -- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 --- --	Szynka z kurczaka 60g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Sałata 30 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Mus owocowo- warzywny 1 szt.		3 6 7 --- --- --- 1 - --- ---	Szynka z kurczaka 60g Pomidor 100 g Ogórek 50 g Sałata 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml	3 6 7 --- --- --- 1 4 6 8 9 10 --- ---
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g		1 4 6 8 9 10 - 2

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **03.07.2026r. piątek**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od:04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2525,8 kcal Białka: 118 g Tłuszcze: 75 g NKT 32,6 g Węglowodany: 362,4 g W tym cukry 70,6 g Sód : 2532 mg Błonnik 39,3 g			Kaloryczność: 2485,7 kcal Białka: 122,6 g Tłuszcze: 66,1 g NKT 30,7 g Węglowodany: 365,1 g W tym cukry 83 g Sód : 2003 mg Błonnik 34,5 g			Kaloryczność: 1993,2 kcal Białka: 110,3 g Tłuszcze: 64,7 g NKT 26,7 g Węglowodany: 309,9 g W tym cukry 36,7 g Sód : 1948 mg Błonnik 40,8 g	
Śniadanie I	Jajecznica na parze ze szczypiorem 100g Rolada ze schabu 50 g papryka świeża 50 g Sałata + kiełki 35g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 m		1 2 4 3 6 7 --- -- 1 2 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g Rolada ze schabu 50 g Sałata + kiełki 35 g Jabłko 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		2 3 6 7 --- --- 1 -- 1 2	Twarożek z pomidorami i zieloną pietruszką 100 g Rolada ze schabu 50 g Sałata + kiełki 35 g Papryka 50 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	2 3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- ---
Śniadanie II	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml		2 *	Zupa mleczna – ryż na mleku 200 ml		2 *	---		
DZIECI	Mleko 200 ml Chałka 1 szt.		 1 4 6 8 9 10	Mleko 200 ml Chałka 1 szt.		2 1 4 6 8 9 10	---		
POŁOŻNICTWO	--			Mleko 200 ml Chałka 1 szt.		2 1 4 6 8 9 10	---		
Obiad	Zupa botwinka z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Kotlety rybne smażone 120 g Kapusta na ciepło zasmażana 150 g Kompot 200 ml		1 2 3 -- 1 4 5 1 3 -	Zupa botwinka z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 -- 1 4 5 - -	Zupa botwinka z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Kotlety rybne na parze 120 g Sałata 100 g Kawa inka bez cukru 200 ml	1 2 3 -- 1 4 5 - 1
Podwieczorek	Tarta marchew z jabłkiem 150 g			Tarta marchew z jabłkiem 150 g			---		
DZIECI									
POŁOŻNICTWO				Tarta marchew z jabłkiem 150 g			---		
Kolacja	Szynka wieprzowa 60 g Pomidor 100 g Sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.		3 6 7 -- -- --- 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -- 2	Szynka wieprzowa 60 g Pomidor 100g Sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.		3 6 7 --- --- --- 1 --- -- 2	Szynka wieprzowa 60g Pomidor 100 g Sałata 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryną bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.	3 6 7 --- --- 1 4 6 8 9 10 -- -- 2
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser żółty 30 g (2 plasterki)		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser żółty 30 g (2 plasterki)		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser żółty 30 g (2 plasterki)		1 4 6 8 9 10 - 2

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **04.07.2026r. sobota**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od: 04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2723 kcal Białka: 134,5 g Tłuszcze: 90,8 g NKT: 33,8 g Węglowodany: 360,2g W tym cukry: 68,2 g Sód: 2227 mg Błonnik: 40,2 g			Kaloryczność: Białka: 124,8 g Tłuszcze: 79,7 g NKT: 29 g Węglowodany: 340,1 g W tym cukry: 66,5 g Sód: 2032 mg Błonnik: 29,5 g			Kaloryczność: 2016,3 kcal Białka: 120,6 g Tłuszcze: 75,5 g NKT 26,1 g Węglowodany: 318,1 g W tym cukry 59,4g Sód: 2216 mg Błonnik 38,6 g	
Śniadanie I	Ser żółty 30 g Szynka z indyka 50 g Sałata + kiełki 35 g Ogórek świeży z rzodkiewką 80 g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml		2 3 6 7 - - 1 2 1 2	Pasztet drobiowy 50 g Szynka z indyka 50 g Sałata + kiełki 35 g Pomidor 100 g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		3 6 7 3 6 7 - - 1 - 1 2	Pasztet drobiowy 50 g Szynka z indyka 50 g Sałata + kiełki 35 g Pomidor 100 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 3 6 7 - - 1 4 6 8 9 10 - -
Śniadanie II	Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 200 ml		2	Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 200 ml		2	-		
DZIECI	Jogurt owocowy 1 szt.		2	Jogurt owocowy 1 szt.		2	-		
POŁOŻNICTWO	-			Jogurt owocowy 1 szt.		2	-		
Obiad	Zupa kalafiorowa z kluseczkami i zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Pieczeń ze schabu pieczona w rękawie 110 g Sos pieczeniowy 130 ml Buraczki z ogórkiem, fasolką szparagową i majonezem 100 g Kompot 200 ml		1 3 4 - 1 1 3 - -	Zupa koperkowa z kluseczkami 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Schab gotowany 110 g Sos jarzynowym 130 ml Buraczki z zieloną pietruszką 100 g Kompot 200 ml		1 3 4 1 4 - 1 3 - -	Zupa koperkowa z kluseczkami 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Schab gotowany 110 g Buraczki z zieloną pietruszką 100 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml		1 3 4 - - - -
Podwieczorek DZIECI	Mus owocowy 200 ml			Mus owocowy 200 ml			-		
POŁOŻNICTWO	-			Mus owocowy 200 ml			-		
Kolacja	Twarożek z ajwarem i szczypiorem 100 g Sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Miód 25 g Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (2 kromki) Masło 10g Herbata z cytryna 300 ml		2 - - - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -	Twarożek z zieloną pietruszką 100 g Sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Miód 25 g Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryna 300 ml		2 - - 1 - 1 2 -	Twarożek z zieloną pietruszką 100 g Papryka świeża 50 g Sałata 30g Chleb razowy 80 g (3 kromka) Masło roślinne 10g Herbata z cytryna bez cukru 300 ml Jogurt naturalny 1 szt.		2 - - 1 4 6 8 9 10 - - 2
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Jajko gotowane 50 g		1 4 6 8 9 10 - 4	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Jajko gotowane 50 g		1 4 6 8 9 10 - 4	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Jajko gotowane 50 g		1 4 6 8 9 10 - 4

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)
* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **05.07.2026r. niedziela**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od: 04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 3012,8 kcal Białka: 121,6 g Tłuszcze: 122,5 g NKT: 41,7 g Węglowodany: 377,2 g W tym cukry: 58,8 g Sód: 2786 mg Błonnik: 47,6 g			Kaloryczność: 2851,4 kcal Białka: 125,1 g Tłuszcze: 96,4 g NKT: 33,9 g Węglowodany: 389,6 g W tym cukry: 68,4 g Sód: 2477 mg Błonnik: 43,1 g			Kaloryczność: 2113 kcal Białka: 106,4 g Tłuszcze: 87,3 g NKT 29,3 g Węglowodany: 267,9 g W tym cukry 32,3 g Sód: 2459 mg Błonnik 43,1 g	
Śniadanie I	Serdelki drobiowe 2 szt. Mozzarella 80 g Ketchup 1 szt. Sałata 30 g Rzodkiew biała z papryką 80 g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kakao na mleku 300 ml		3 6 7 2 - - - 2 1 2 1 2	Serdelki drobiowe 2 szt. Mozzarella 80 g Ketchup 1 szt. Sałata 30g Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		3 6 7 2 1 - 2 1 - 1 2	Serdelki drobiowe 2 szt. Mozzarella 80 g Ketchup 1 szt. Sałata 30 g Rzodkiew biała z papryką 60 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml	3 6 7 2 - - - 2 1 4 6 8 9 10 - -
Śniadanie II	Zupa mleczna - patki owsiane na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna - patki owsiane na mleku 200 ml		1 2	-		
DZIECI	Kasza manna na mleku z owocami 200 ml		1 2	Kasza manna na mleku z owocami 200 ml		1 2	-		
POŁOŻNICTWO	-			Kasza manna na mleku z owocami 200 ml		1 2	-		
Obiad	Zupa krupnik z zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Potrawka drobiowa z zielona pietruszką 170 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot 200 ml		1 3 10 - 1 3 - -	Zupa ryżowa z zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Potrawka drobiowa z zieloną pietruszką 170 ml Surówka z marchewki ,selera i jabłka 100 g Kompot 200 ml		1 3 10 - 1 3 3 -	Zupa ryżowa z zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Filet drobiowy sute duszony 110 g Surówka z marchewki, selera i jabłka 100g Herbata bez cukru 200 ml	1 3 10 - - 3 -
Podwieczorek DZIECI	Kisiel z truskawkami 150g		1 2 3 7	Kisiel z truskawkami 150g		1 2 3 7	-		
POŁOŻNICTWO	---			Kisiel z truskawkami 150g		1 2 3 7	-		
Kolacja	Jajko gotowane 50 g Ser topiony 25 g Pomidor 100 g Gruszka 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (dwie kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		4 2 - - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -	Kiełbasa drobiowa 50g Ser biały 60 g Pomidor 100 g Jabłko 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 2 - - 1 - 1 2	Kiełbasa drobiowa 50 g Ser biały 60 g Pomidor 100 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryna bez cukru 300 ml	3 6 7 2 - 1 4 6 8 9 10 - -
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Pasztet drobiowy 50 g		1 4 6 8 9 10 - 3 6 7	Chleb pszenny 30g (1 kromka) Rama 10 g Pasztet drobiowy 50 g		1 4 6 8 9 10 - 3 6 7	Chleb razowy 30g (1 kromka) Rama 10 g Pasztet drobiowy 50 g		1 4 6 8 9 10 - 3 6 7

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **06.07.2026r. poniedziałek**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od: 04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 3168,3 kcal Białka: 128,4 g Tłuszcze: 125,9 g NKT 43,5 g Węglowodany: 396,8 g W tym cukry 109,9 g Sód: 2789 mg Błonnik: 41,9 g			Kaloryczność: 2755,5 kcal Białka: 114,3 g Tłuszcze: 98,3 g NKT 38,9 g Węglowodany: 365,2 g W tym cukry 103,6 g Sód: 2019 mg Błonnik: 33 g			Kaloryczność: 2150 kcal Białka: 116,5 g Tłuszcze: 94,7 g NKT 33,7 g Węglowodany: 297,4 g W tym cukry 32,4 g Sód: 2329 mg Błonnik 47,8 g	
Śniadanie I	Dżem 50 g Ser biały 100 g Jabłko 1 szt. Mus owocowo - warzywny 1 szt. Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml		- 2 - - 1 2 1 2	Dżem 50 g Ser biały 100 g Jabłko 1 szt. Mus owocowo- warzywny 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		- 2 - - 1 - 1 2	Kiełbasa drobiowa 50 g Ser biały 100 g Ogórek + kiełki 80 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		3 6 7 2 - 1 4 6 8 9 10 - -
Śniadanie II	Zupa mleczna - kasza manna na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna - kasza manna na mleku 200 ml		1 2	-		
DZIECI	Budyń śmietankowy 200 g		1 2 3 7 9	Budyń śmietankowy 200 g		1 2 3 7 9	-		
POŁOŻNICTWO	-			Budyń śmietankowy 200 g		1 2 3 7 9	-		
Obiad	Zupa żurek z jajkiem i zielona pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Rumsztyk smażony z cebulką 120 g Surówka z kapusty pekińskiej, soczewicy, oliwki 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 6 7 - 1 4 - -	Zupa szpinakowa z zielona pietruszka 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Pulpet gotowany 120 g Sos pomidorowy 130 ml Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 100 g Kompot 200 ml		1 2 3 - 1 4 1 3 - -	Zupa szpinakowa z zielona pietruszka 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Pulpet gotowany 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z marchewka 100 g Kawa Inka bez cukru 200 ml		1 2 3 - 1 4 - 1
Podwieczorek	Jabłko pieczone z miodem 150 g			Jabłko pieczone z miodem 150 g			-		
DZIECI									
POŁOŻNICTWO	-			Jabłko pieczone z miodem 150 g			-		
Kolacja	Szynka wieprzowa 60 g Ser topiony 25 g Sałata 30g Owoce świeże 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (2 kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 2 - - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -	Szynka wieprzowa 60 g Ser topiony 25 g Sałata 30 g Owoce świeże 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 2 - - 1 - -	Szynka wieprzowa 60 g Ser topiony 25 g Sałata 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10g Herbata z cytryna bez cukru 300 ml Kefir 1 szt.		3 6 7 2 - 1 4 6 8 9 10 - - 2
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser żółty 30 g (2 plasterki)		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser żółty 30 g (2 plasterki)		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser żółty 30 g (2 plasterki)		1 4 6 8 9 10 - 2

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)
* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **07.07.2026r. wtorek**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od: 04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2656,7 kcal Białka: 112,9 g Tłuszcze: 110,6 g NKT 36,2 g Węglowodany: 322,4 g W tym cukry 54,8 g Sód: 4361 mg Błonnik: 40,9 g			Kaloryczność: 2280,4 kcal Białka: 122,9 g Tłuszcze: 71 g NKT 29,6 g Węglowodany: 302,1 g W tym cukry 54,1 g Sód: 2596 mg Błonnik: 30,8 g			Kaloryczność: 1886,4 kcal Białka: 113,7 g Tłuszcze: 69,2 g NKT 25,7 g Węglowodany: 266,4 g W tym cukry 26,4 g Sód: 2230 mg Błonnik 41,8 g	
Śniadanie I	Jajko gotowane 50 g Kiełbasa drobiowa 50 g Rzodkiew biała ze szczypiorem 80 g Rukola 30 g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml		4 3 6 7 - - 1 2 1 2	Twarożek z zielona pietruszką 100 g Kiełbasa drobiowa 50 g Rukola 30 g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml		2 3 6 7 - 1 - 1 2	Twarożek z zielona pietruszką 100g Kiełbasa drobiowa 50 g Rukola 30 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml		2 3 6 7 - 1 4 6 8 9 10 - -
Śniadanie II	Zupa mleczna – płatki kukurydziane na mleku 200 ml		1 2	Zupa mleczna – płatki kukurydziane na mleku 200 ml		1 2	-		
DZIECI	Ciastka 50 g, Mleko 200 ml		1 2 3 4 6 8 9 10	Ciastka 50 g, Mleko 200 ml		1 2 3 4 6 8 9 10	-		
POŁOŻNICTWO	-			Ciastka 50 g, Mleko 200 ml		1 2 3 4 6 8 9 10	-		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem razowym z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Ryba smażona po grecku 120 g Ogórek kiszony 100 g Kompot 200 ml		1 2 4 - 3 5 7 7 ---	Zupa pomidorowa z makaronem z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Ryba na parze ze szpinakiem 120 g Sos beszamel 50 ml Sałata z pomidorami, mozzarellą z sosem winegret 100 g Kompot 200 ml		12 3 4 - 1 2 5 2 2 -	Zupa pomidorowa z makaronem razowym z zielona pietruszka 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Ryba na parze ze szpinakiem 120 g Sałata z pomidorami, mozzarellą z sosem winegret 100 g Herbata miętowa bez cukru 200 ml		12 3 4 - 1 2 5 2 -
Podwieczorek	Przecier owocowy 150 g			Przecier owocowy 150 g					
DZIECI									
POŁOŻNICTWO				Przecier owocowy 150 g					
Kolacja	Szynka z kurczaka 60 g Sałata + kiełki 35 g Jabłko 1 szt. Jogurt owocowy 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (2 kromki) Masło 10g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 - - 2 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -	Szynka z kurczaka 60 g Sałata + kiełki 35 g Jabłko 1 szt. Jogurt owocowy 1 szt. Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Herbata z cytryną 300 ml		3 6 7 - - 2 1 - -	Szynka z kurczaka 60 g Sałata + kiełki 35 g Jogurt naturalny 1 szt. Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata z cytryna bez cukru 300 ml		3 6 7 - 2 1 4 6 8 9 10 - -
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g		1 4 6 8 9 10 - 2	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Ser topiony 25 g		1 4 6 8 9 10 - 2

Opracował: Joanna Chomont Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)
* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi

Jadłospis dla pacjentów szpitala na dzień **08.07.2026r. środa**

WIELOSPECJALISTYCZNY SZPITAL SP ZOZ W NOWEJ SOLI

UŻ-43
Wydanie: 04
Ważne od: 04.05.2026

DIETA:	**Podstawowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Lekkostrawna:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów	**Cukrzycowa:**	**Wartość energetyczna diety:**	Wykaz alergenów
		Kaloryczność: 2739.8 kcal Białka: 132.4 g Tłuszcze: 119,2 g NKT 43,1 g Węglowodany: 299,4 g W tym cukry 52.7 g Sód: 3755 mg Błonnik: 30,4 g			Kaloryczność: 2337,9 kcal Białka: 131,9 g Tłuszcze: 75,7 g NKT 31,6 g Węglowodany: 295 g W tym cukry 56,2 g Sód: 2176 mg Błonnik: 25,8 g			Kaloryczność: 1999,9 kcal Białka: 112,9 g Tłuszcze: 79 g NKT 32,3 g Węglowodany: 283 g W tym cukry 37,8 g Sód: 2859 mg Błonnik 43,3 g	
Śniadanie I	Pasztet drobiowy 50 g Ser topiony 25 g Rzodkiewka z ogórkiem z koperkiem + Kiełki 85 g Bułka 80 g Masło 10 g Kawa na mleku 300 ml Serek wiejski 1 szt.		3 6 7 2 - 1 2 1 2 2	Pasztet drobiowy 50 g Ser topiony 25 g Sałata + kiełki 35 g Pomidor 100 g Bułka 80 g Masło roślinne 10 g Kawa na mleku 300 ml Serek wiejski 1 szt.		3 6 7 2 - - 1 - 1 2 2	Pasztet drobiowy 50 g Ser topiony 25 g Sałata + kiełki 35 g Pomidor 100 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Herbata bez cukru 300 ml Serek wiejski 1 szt.		3 6 7 2 - - 1 4 6 8 9 10 - - 2
Śniadanie II	Zupa mleczna - makaron ma mleku 200 ml		1 2 4	Zupa mleczna - makaron ma mleku 200 ml		1 2 4	-		
DZIECI	Jogurt owocowy 1 szt.		1 2	Jogurt owocowy 1 szt.		1 2	-		
POŁOŻNICTWO	-			Jogurt owocowy 1 szt.		1 2	-		
Obiad	Zupa solferino z kapusty, papryki, kukurydzy z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Karkówka po cygańsku 110 g surówka z kapusty białej z marchewką z zielona pietruszką 100 g Kompot 200 ml		1 3 - 1 4 -	Zupa brokułowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Szynka duszona 110 g Sos pietruszkowy 130 ml Marchewka koktajlowa 100 g Kompot 200 ml		1 3 - - 1 3 - -	Zupa brokułowa z zieloną pietruszką 400 ml Ziemniaki gotowane z koperkiem 250 g Szynka duszona 110 g Marchewka koktajlowa 100 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml		1 3 - - --- -
Podwieczorek	Galaretka z owocami 150 g		1 2 3 7 9	Galaretka z owocami 150 g		1 2 3 7 9	-		
DZIECI									
POŁOŻNICTWO	-			Galaretka z owocami 150 g		1 2 3 7 9	-		
Kolacja	Twarożek ze szczypiorem 100 g Jajko gotowane 50g Tuńczyk 80 g Papryka ś wieża 50 g Sałata 30 g Brzoskwinia 1 szt. Chleb 50 g (2 kromki) Chleb wieloziarnisty 50 g (2 kromki) Masło 10 g Herbata z cytryną 300 ml		2 4 5 - - - 1 4 6 8 9 10 1 4 6 8 9 10 2 -	Twarożek z zieloną pietruszką 100g Jajko gotowane 50 g Tuńczyk 80 g sałata 30 g Jabłko 1 szt. Bułka 80g Masło roślinne 10 g Jogurt naturalny 1 szt. Herbata z cytryną 300 ml		2 4 5 - - 1 - 2 -	Twarożek z zielona pietruszka 100g Jajko gotowane 50 g Tuńczyk 80 g Sałata 30 g Papryka 50 g Chleb razowy 80 g (3 kromki) Masło roślinne 10 g Jogurt naturalny 1 szt. Herbata z cytryna bez cukru 300 ml		2 4 5 - - 1 4 6 8 9 10 - 2 -
Posiłek dodatkowy	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Kiełbasa drobiowa 30 g		1 4 6 8 9 10 - 3 6 7	Chleb pszenny 30 g (1 kromka) Rama 10 g Kiełbasa drobiowa 30 g		1 4 6 8 9 10 - 3 6 7	Chleb razowy 30 g (1 kromka) Rama 10 g Kiełbasa drobiowa 30 g		1 4 6 8 9 10 - 3 6 7

Opracował: Joanna Chomont

Zatwierdził: Agnieszka Krzyżosiak

Alergeny: gluten (1), białko mleka krowiego (2), seler (3), jaja (4), ryby (5), soja (6), gorczyca (7), orzeszki ziemne (8), sezam (9), orzechy (10), mięczaki (11), dwutlenek siarki (12), łubin (13), skorupiaki (14)

* może zawierać śladowe ilości glutenu, jaj, selera, gorczycy, orzechów, soi