

JADŁOSPIS TYGODNIOWY

09.03.2026 – 15.03.2026

Dieta podstawowa

Data	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
Poniedziałek	Polędwica Zosi 50g (1,6), masło 15g (7), twaróg 80g(7), pomidor 120g, chleb razowy 100g (1), kawa mleczna b/c 250ml (7)	Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (1,3,6,9), makaron razowy 200g (1)-gotowanie, z sosem mięsny 120g (1,7) kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)	Zawijaniec drobiowy 50g (1,6), masło 15g (7), papryka czerwona 200g, chleb razowy 120g (7), herbata czarna 250ml	Jogurt naturalny 150g (7)
Wartości odżywcze	Kcal: 2134,815 Białko: 108,456g Tłuszcze: 73,364g Węglowodany: 272,58g Błonnik: 29,21g			
Wtorek	Kiełbasa krotoszyńska 50g(1,6), masło 15g(7), ogórek zielony 120g(1), chleb razowy 100g (1), herbata czarna 250ml	Zupa jarzynowa 300ml (1,6,9), pulpet wieprzowy 80g (1) - gotowanie, kasza gryczana 200g (1), sałata zielona z kefirem 120g (7), kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)	Szynka konserwowa 50g (6,7), masło 50g(7), sałatka grecka 120g (7), chleb razowy 120g(1), herbata czarna 250ml	Sok witaminka 200ml
Wartości odżywcze	Kcal: 2025,221g Białko: 85,531g Tłuszcze: 66,104g Węglowodany: 293,952g Błonnik: 39,53g			
Środa	Polędwica miodowa 50g (1,6), masło 15g(7), pomidor 120g(1), chleb razowy 100g (1), herbata czarna 250ml	Zupa grysikowa 300ml (1,6,9), udziec drobiowy 180g (1szt), ziemniaki 250g, marchewka z groszkiem na ciepło 120g (1,7), kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)	Szynka dębowa 50g (1,6), masło 50g (7), papryka czerwona 120g,, chleb razowy 120g(1), herbata czarna 250ml	Mus owocowy 100g
Wartości odżywcze	Kcal: 2093,72 Białko: 93,434g Tłuszcze: 74,566g Węglowodany: 283,527g Błonnik: 34,03g			
Czwartek	Kiełbasa krakowska 50g(7), masło 15g(7), serek topiony 17,5g, ogórek zielony 100g(1), chleb razowy 100g (1), herbata czarna 250ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml (1,6,9), filet drobiowy w sosie jarzynowym 120g (1,7,9) - duszenie, ziemniaki 250g, surówka z buraka 120g, kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)	Kurczak gotowany 50g (1,7), masło 50g(7), sałata zielona 35g, chleb razowy 120g(1), herbata czarna 250ml, bułeczka maślana 100g (1,3,7)	Kefir 200g (7)
Wartości odżywcze	Kcal: 2239,576 Białko: 103,529g Tłuszcze: 64,069g Węglowodany: 332,336g Błonnik: 32,74g			

Piątek	Baton z kurczaka 50g(1,6,7), pasta z jaj 60g (3,7), masło 15g (7), rzodkiewka 80g, chleb razowy 100g (1), herbata czarna 250ml	Barszcz czerwony 300ml (1,6,9), makaron razowy 200g (1)-gotowanie, z twarogiem 100g (7) i sosem truskawkowym 120ml, kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g), banan 220g	Szynka kulka 50g (1,6), masło 50g(7), papryka czerwona 120g, chleb razowy 120g(1), herbata czarna 250ml	Sok witaminka 300ml
Wartości odżywcze	Kcal: 2004,44 Białko: 78,141g Tłuszcze: 64,176g Węglowodany: 295,786g Błonnik: 34,88g			
Sobota	Kiełbasa żywiecka 50g(1,6,7), masło 15g (7), ogórek świeży zielony 100g, chleb razowy 100g (1), herbata czarna 250ml	Zupa zalewajka z ziemniakami 300ml (1,6,9),gulasz mięsny (1)-gotowanie, kasza jęczmienna na sypko 200g (1),ogórek konserwowy 100g (10), kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)	Schab z czosnkiem 50g (1,6), masło 50g(7), pomidor 120g, chleb razowy 120g(1), herbata czarna 250ml	Serek wiejski 200g (7)
Wartości odżywcze	Kcal: 2000,951 Białko: 96,043g Tłuszcze: 70,206g Węglowodany: 253,405g Błonnik: 27,51g			
Niedziela	Szynka od szwagra 50g(1,6,7), masło 15g (7), almette 300g (7), pomidor 120g, chleb razowy 100g (1), herbata czarna 250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,3,6,9), schab pieczony w sosie własnym 120g (1,7), ziemniaki 250g, kalafior gotowany 120g (1,7), kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)	Szynka biała 50g (1,6), masło 50g(7), ogórek zielony 100g, chleb razowy 120g(1), herbata czarna 250ml	Mus owocowy 100g
Wartości odżywcze	Kcal: 2130,665 Białko: 87,124g Tłuszcze: 72,571g Węglowodany: 307,012g Błonnik: 38,13g			

- w nawiasie podane są alergeny dostępne do wglądu na stronie szpitala

- ziemniaki serwowane są zawsze w formie gotowanej