

# JADŁOSPIS TYGODNIOWY

04.05.2026 – 10.05.2026

Dieta lekkostrawna

| Data                     | ŚNIADANIE  | OBIAD   | KOLACJA  | POSIŁEK NOCNY             |
|--------------------------|--|---|--|---------------------------|
| <b>Poniedziałek</b>      | Polędwica Zosi 50g (1,6), masło 15g (7), twaróg 80g(7), pomidor 120g, chleb pszenny 100g (1), kawa mleczna b/c 250ml (7)           | Zupa szpinakowa z jajkiem 300ml (1,3,6,9), makaron pszenny 200g (1)-gotowanie, z sosem mięsnym 120g (1,7) kompot owocowy 250ml (jabłko 50g, aronia 30g)                                     | Zawijaniec drobiowy 50g (1,6), masło 15g (7), papryka czerwona 200g, chleb pszenny 120g (7), herbata czarna 250ml                        | Jogurt naturalny 150g (7) |
| <b>Wartości odżywcze</b> | Kcal: 2134,815    Białko: 108,456g    Tłuszcze: 73,364g    Węglowodany: 272,58g    Błonnik: 29,21g                                 |   |  |                           |
| <b>Wtorek</b>            | Kiełbasa krotoszyńska 50g(1,6), masło 15g(7), ogórek zielony 120g(1), chleb pszenny 100g (1), herbata czarna 250ml                 | Zupa jarzynowa 300ml (1,6,9), pulpet wieprzowy 80g (1) - gotowanie, kasza jęczmienna 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 pszenny 120g(1), herbata czarna 250ml                          | Sok witaminka 200ml       |
| <b>Wartości odżywcze</b> | Kcal: 2025,221g    Białko: 85,531g    Tłuszcze: 66,104g    Węglowodany: 293,952g    Błonnik: 39,53g                                |   |  |                           |
| <b>Środa</b>             | Polędwica miodowa 50g (1,6), masło 15g(7), pomidor 120g(1), chleb pszenny 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 pszenny 120g(1), herbata czarna 250ml                               | Mus owocowy 100g          |
| <b>Wartości odżywcze</b> | Kcal: 2093,72    Białko: 93,434g    Tłuszcze: 74,566g    Węglowodany: 283,527g    Błonnik: 34,03g                                  |   |  |                           |
| <b>Czwartek</b>          | Kiełbasa krakowska 50g(7), masło 15g(7), serek topiony 17,5g, ogórek zielony 100g(1), chleb pszenny 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 pszenny 120g(1), herbata czarna 250ml, bułeczka maślana 100g (1,3,7) | Kefir 200g (7)            |
| <b>Wartości odżywcze</b> | Kcal: 2239,576    Białko: 103,529g    Tłuszcze: 64,069g    Węglowodany: 332,336g    Błonnik: 32,74g                                |   |  |                           |

|                          |   |   |  |                        |
|--------------------------|---|---|--|------------------------|
| <b>Piątek</b>            | Baton z kurczaka 50g(1,6,7), pasta z jaj 60g (3,7), masło 15g (7), rzodkiewka 80g, chleb pszenny 100g (1), herbata czarna 250ml | Barszcz czerwony 300ml (1,6,9), makaron pszenny 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 pszenny 120g(1), herbata czarna 250ml | Sok witaminka 300ml    |
| <b>Wartości odżywcze</b> | Kcal: 2004,44    Białko: 78,141g    Tłuszcze: 64,176g    Węglowodany: 295,786g    Błonnik: 34,88g                               |   |  |                        |
| <b>Sobota</b>            | Kiełbasa żywiecka 50g(1,6,7), masło 15g (7), ogórek świeży zielony 100g, chleb pszenny 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 pszenny 120g(1), herbata czarna 250ml     | Serek wiejski 200g (7) |
| <b>Wartości odżywcze</b> | Kcal: 2000,951    Białko: 96,043g    Tłuszcze: 70,206g    Węglowodany: 253,405g    Błonnik: 27,51g                              |   |  |                        |
| <b>Niedziela</b>         | Szynka od szwagra 50g(1,6,7), masło 15g (7), almette 300g (7), pomidor 120g, chleb pszenny 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 pszenny 120g(1), herbata czarna 250ml   | Mus owocowy 100g       |
| <b>Wartości odżywcze</b> | 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