SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

2.03.2026, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
Śniadanie pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlina – 50g sałata – 10g papryka – 50g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna – 50g (3,7) wędlina – 80g sałata – 10g pomidor bez skórki– 80g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) pasta jajeczna – 10g (3,7) wędlina – 20g sałata – 10g pomidor bez skórki– 80g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenne – 90g (1) wędlina – 50g pasta z białek jaj – 50g (3,7,G) serek kanapkowy – 20g (7) sałata – 10g pomidor bez skórki – 60g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	**Śniadanie** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) serek kanapkowy – 50g (7) wędlina – 50g sałata – 10g papryka – 50g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)
Obiad Zupa barszcz czerwony– 300g (7,9) G Ryż – 180g G Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem – 120g (1,7,9) G woda – 250ml jabłko – 200g	**Obiad** Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G Potrawka z kurczaka z marchewką – 200g (1,7,9) G Ryż – 100g G woda – 250ml jabłko gotowane – 200g G	**Obiad** Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G Potrawka z kurczaka z marchewką – 60g (1,7,9) G Ryż – 280g G woda – 250ml jabłko gotowane – 200g G	**Obiad** Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G Potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7,9) G Ziemniaki – 300g G woda – 250ml jabłko gotowane – 200g G	**Obiad** Zupa barszcz czerwony– 300g (7,9) G Ryż brązowy– 150g G Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem – 120g (1,7,9) G woda – 250ml jabłko – 200g
Kolacja pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) dżem – 50g wędlina – 50g sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 140g herbata bez cukru– 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) serek wiejski – 100g (7) wędlina – 50g pomidor bez skórki– 80g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) dżem – 50g wędlina – 20g pomidor bez skórki– 80g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenne – 90g (1) dżem – 50g wędlina – 50g serek kanapkowy – 20g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru– 250ml	**Kolacja** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) pasztet – 50g wędlina – 50g sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 140g herbata bez cukru– 250ml
2 Kolacja Jogurt – 100g (7)	**2 Kolacja** Skyr naturalny – 150g (7)	**2 Kolacja** Herbatniki bebe – 20g (1,3,7)	**2 Kolacja** Jogurt – 100g (7) Herbatniki bebe – 40g (1,3,7)	**2 Kolacja** Jogurt naturalny– 100g (7)
Podsumowanie dnia Wartość energetyczna [kcal] – 1802,1 Białko [g] – 73,3 Tłuszcz [g] – 69,5 NKT [g] – 30,3 Węglowodany [g] – 221,5 Cukry proste [g] – 61 Błonnik [g] – 23,8 Sód [mg] - 1980	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1689,2 Białko [g] – 115,9 Tłuszcz [g] – 62,3 NKT [g] – 28,6 Węglowodany [g] – 170,4 Cukry proste [g] – 46,6 Błonnik [g] – 16,7 Sód [mg] - 1981	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1943,1 Białko [g] – 47,7 Tłuszcz [g] – 82,4 NKT [g] – 25,2 Węglowodany [g] – 263,2 Cukry proste [g] – 75,8 Błonnik [g] – 22,4 Sód [mg] - 1980	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1759 Białko [g] – 84,7 Tłuszcz [g] – 36,8 NKT [g] – 12,3 Węglowodany [g] – 284,5 Cukry proste [g] – 75,1 Błonnik [g] – 22 Sód [mg] - 2000	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1837,2 Białko [g] – 85,5 Tłuszcz [g] – 88,5 NKT [g] – 32,2 Węglowodany [g] – 189,1 Cukry proste [g] – 49,7 Błonnik [g] – 31,6 Sód [mg] - 1985

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

2.03.2026, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 30g (7)
wędlina – 30g
sałata – 10g
papryka – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa barszcz czerwony– 200g (7,9) G
Ryż – 120g G
Potrawka z kurczaka z marchewką i groszkiem – 100g (1,7,9) G
woda – 250ml
jabłko – 200g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 25g
wędlina – 30g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 140g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1371,2
Białko [g] – 53,7
Tłuszcz [g] – 60,7
NKT [g] – 25,3
Węglowodany [g] – 162
Cukry proste [g] – 53,9
Błonnik [g] – 20,2
Sód [mg] - 1680

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
pasta z białek jaj – 50g (3,7,G)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G
Potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki – 250g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 200g G

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
wędlina – 50g
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1730,7
Białko [g] – 77,8
Tłuszcz [g] – 55,3
NKT [g] – 20,1
Węglowodany [g] – 241,7
Cukry proste [g] – 69
Błonnik [g] – 21,6
Sód [mg] - 1680

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna – 50g (3,7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki– 80g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G
Potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7,9) G
Ryż – 180g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 200g G

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
wędlina – 50g
pomidor bez skórki– 80g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1702,2
Białko [g] – 69,6
Tłuszcz [g] – 53,6
NKT [g] – 26
Węglowodany [g] – 220,1
Cukry proste [g] – 68,1
Błonnik [g] – 20,2
Sól [g] – 1680

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Kaszka zbożowa mleczna – 400g (1,7,G)
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa grysikowa – 300g (1,7,9) G
Potrawka z kurczaka z marchewką – 120g (1,7,9) G (zmielona)
Ziemniaki – 250g G (pure)
woda – 250ml
jabłko gotowane – 200g G

Kolacja
Serek homogenizowany – 150g (7)
Marchew gotowana – 150g (G)
Chleb pszenny – 120g (1) (maczany w mleku)
Mleko – 250g (1)
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1793,3
Białko [g] – 83,7
Tłuszcz [g] – 55,6
NKT [g] – 11,9
Węglowodany [g] – 250,9
Cukry proste [g] – 76
Błonnik [h] – 26,8
Sól [g] – 1680

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

3.03.2026, wtorek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
papryka – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa pieczarkowa– 300ml (7,9) G
Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G
Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego - 150g
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
kanapkowa pasta z fasoli – 50g
ogórek – 30g
pomidor – 30g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2141,4
Białko [g] – 106,2
Tłuszcz [g] – 83,9
NKT [g] – 29
Węglowodany [g] – 251,9
Cukry proste [g] – 64,3
Błonnik [g] – 28,1
Sód [mg] - 2159

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina – 80g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ryżowa– 300ml (9) G
Ryba gotowana w sosie szpinakowym – 200g (1,4,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 100g G
Gotowana marchewka - 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
wędlina – 80g
sałata z pomidorkami bez skórki – 60g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2157,9
Białko [g] – 125
Tłuszcz [g] – 90,8
NKT [g] – 25
Węglowodany [g] – 220
Cukry proste [g] – 69
Błonnik [g] – 18
Sód [mg] - 1980

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1)
masło – 40g (7)
ser żółty – 20g (7)
wędlina – 20g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ryżowa– 300ml (9) G
Ryba gotowana w sosie szpinakowym – 60g (1,4,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 350g G
Gotowana marchewka - 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1)
masło – 40g (7)
serek kanapkowy – 10g (7)
wędlina – 20g
sałata z pomidorkami bez skórki – 60g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2110,2
Białko [g] – 54,6
Tłuszcz [g] – 89
NKT [g] – 21
Węglowodany [g] – 283
Cukry proste [g] – 71,7
Błonnik [g] – 21,6
Sód [mg] - 2007

4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
dżem– 50g
serek grani – 100g (7)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ryżowa– 300ml (9) G
Ryba gotowana w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 300g G
Gotowana marchewka - 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
wędlina – 50g
serek kanapkowy – 80g (7)
sałata z pomidorkami bez skórki – 60g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2089,6
Białko [g] – 104
Tłuszcz [g] – 53,4
NKT [g] – 11,6
Węglowodany [g] – 310,3
Cukry proste [g] – 80,6
Błonnik [g] – 21,1
Sód [mg] - 2004

5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

Śniadanie
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
papryka – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa pieczarkowa– 300ml (7,9) G
Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G
Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego - 150g
jabłko – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
kanapkowa pasta z fasoli – 50g
ogórek – 30g
pomidor – 30g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo naturalny – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1844,3
Białko [g] – 97,9
Tłuszcz [g] – 85,5
NKT [g] – 29
Węglowodany [g] – 185,5
Cukry proste [g] – 38,3
Błonnik [g] – 36
Sód [mg] - 2159

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

3.03.2026, wtorek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 30g (7)
wędlina – 30g
sałata – 10g
papryka – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa pieczarkowa– 200ml (7,9) G
Ryba pieczona w sosie szpinakowym – 100g (1,4,7,9) P
Ziemniaki z wody z koperkiem – 150g G
Surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju słonecznikowego - 150g
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 20g
kanapkowa pasta z fasoli – 20g
ogórek – 30g
pomidor – 30g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1707,3
Białko [g] – 79,8
Tłuszcz [g] – 73,3
NKT [g] – 28
Węglowodany [g] – 192
Cukry proste [g] – 59,6
Błonnik [g] – 22,6
Sód [mg] - 1980

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
dżem– 50g
serek grani – 50g (7)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ryżowa– 300ml (9) G
Ryba gotowana w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G
Gotowana marchewka - 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
serek kanapkowy – 50g (7)
sałata z pomidorkami bez skórki – 60g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2214
Białko [g] – 95,5
Tłuszcz [g] – 76,9
NKT [g] – 19,8
Węglowodany [g] – 296,6
Cukry proste [g] – 80
Błonnik [g] - 21
Sód [mg] - 1999

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszą manną – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
ser żółty – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ryżowa– 300ml (9) G
Ryba gotowana w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7,9) G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G
Gotowana marchewka - 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata z pomidorkami bez skórki – 60g
Herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2146,9
Białko [g] – 105,6
Tłuszcz [g] – 76,2
NKT [g] – 20
Węglowodany [g] – 244,2
Cukry proste [g] – 67
Błonnik [g] – 19,6
Sód [mg] - 1999

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Kaszka mleczna z masełkiem – 400g (1,7) G
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ryżowa– 300ml (9) G
Ryba gotowana w sosie szpinakowym – 120g (1,4,7,9) G (zmielona)
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G (pure)
Gotowana marchewka - 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
Kleik ryżowy – 400ml (7,9,G)
chleb pszenny – 90g (1) (maczany w mleku)
mleko – 250g (7)
woda– 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1928,7
Białko [g] – 84
Tłuszcz [g] – 67
NKT [g] – 21
Węglowodany [g] – 257,8
Cukry proste [g] – 70
Błonnik [g] – 21,4
Sód [mg] - 1650

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

4.03.2026, środa

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
parówka – 60g
rzodkiewka – 10g
pomidor – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa kalafiorowa– 300ml (7,9) G
Duszony gulasz wieprzowy w sosie pomidorowym – 120g D
Kasza gryczana – 180g G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g G
woda – 250ml
jabłko – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
twarożek ze szczypiorkiem – 50g (7)
wędlina – 50g
ogórek– 30g
papryka – 30g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1792,7
Białko [g] – 73,6
Tłuszcz [g] – 69,3
NKT [g] – 29,7
Węglowodany [g] – 230,6
Cukry proste [g] – 56,9
Błonnik [g] – 24,3
Sód [mg] – 1200

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem – 100g (7)
parówka – 60g
pomidor bez skórki– 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa kalafiorowa– 300ml (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w lekkim sosie pomidorowym – 200g G
Kasza kuskus – 100g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 150g G

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek słodki – 100g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jogurt naturalny – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1720,9
Białko [g] – 110
Tłuszcz [g] – 64,4
NKT [g] – 22
Węglowodany [g] – 178,8
Cukry proste [g] –52,4
Błonnik [g] – 14,7
Sód [mg] - 1150

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1)
masło – 40g (7)
serek kanapkowy – 20g (7)
miód – 50g
pomidor bez skórki– 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa kalafiorowa– 300ml (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w lekkim sosie pomidorowym – 60g G
Kasza kuskus – 280g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 150g G

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1)
masło – 40g (7)
twarożek ze szczypiorkiem – 20g (7)
wędlina – 20g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2094,3
Białko [g] – 49,8
Tłuszcz [g] – 80,2
NKT [g] – 22,2
Węglowodany [g] – 303
Cukry proste [g] –54,3
Błonnik [g] – 19,3
Sód [mg] - 2000

4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
twarożek z koperkiem – 80g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa– 300ml (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w lekkim sosie pomidorowym – 120g G
Ziemniaki – 300g G
Gotowane buraczki – 150g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 150g G

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
wędlina – 50g
twaróg – 50g (7)
serek kanapkowy – 20g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1733,6
Białko [g] – 83,5
Tłuszcz [g] – 35,7
NKT [g] – 19,6
Węglowodany [g] – 281,5
Cukry proste [g] – 67
Błonnik [g] - 22
Sód [mg] - 2004

5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

Śniadanie
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
parówka – 60g
rzodkiewka – 10g
pomidor – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa kalafiorowa– 300ml (7,9) G
Duszony gulasz wieprzowy w sosie pomidorowym – 120g D
Kasza gryczana – 150g G
Surówka z buraczków surowych z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g
woda – 250ml
jabłko – 150g

Kolacja
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek ze szczypiorkiem – 50g (7)
wędlina – 50g
ogórek– 30g
papryka – 30g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo naturalny – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1851,6
Białko [g] – 92,8
Tłuszcz [g] – 86,9
NKT [g] – 29,9
Węglowodany [g] – 190,3
Cukry proste [g] – 45,1
Błonnik [g] – 32,3
Sód [mg] - 1860

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

4.03.2026, środa

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 30g (7)
parówka – 30g
rzodkiewka – 10g
pomidor – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa kalafiorowa– 200ml (7,9) G
Duszony gulasz wieprzowy w sosie pomidorowym – 100g D
Kasza gryczana – 120g G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g G
woda – 250ml
jabłko – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
twarożek ze szczypiorkiem – 30g (7)
wędlina – 30g
ogórek– 30g
papryka – 30g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1457
Białko [g] – 56,3
Tłuszcz [g] – 62,3
NKT [g] – 28,1
Węglowodany [g] – 178,5
Cukry proste [g] – 53,3
Błonnik [g] – 20,9
Sód [mg] - 850

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem – 50g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa– 300ml (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w lekkim sosie pomidorowym – 120g G
Ziemniaki – 250g G
Gotowane buraczki – 150g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 150g G

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
twaróg – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1787
Białko [g] – 79,2
Tłuszcz [g] – 56,9
NKT [g] – 18,9
Węglowodany [g] – 250,9
Cukry proste [g] – 64
Błonnik [g] - 23
Sód [mg] - 2000

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
parówka – 60g
pomidor bez skórki– 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa kalafiorowa– 300ml (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w lekkim sosie pomidorowym – 120g G
Kasza kuskus – 180g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 150g G

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek ze szczypiorkiem – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1685,8
Białko [g] – 77,7
Tłuszcz [g] – 57,5
NKT [g] – 20,9
Węglowodany [g] – 223,4
Cukry proste [g] –54,7
Błonnik [g] – 17,5
Sód [mg] - 1260

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Serek homo naturalny – 150g (7)
Miód – 50g
Chleb pszenny – 90 (1) (maczany w mleku)
Mleko – 100g (7)
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa– 300ml (7,9) G
Gotowany gulasz wieprzowy w lekkim sosie pomidorowym – 120g G (zmielony)
Ziemniaki – 250g G (pure)
Gotowane buraczki – 150g G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 150g G

Kolacja
Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 500g (1,7)
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kisiel – 200g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1844,4
Białko [g] – 79
Tłuszcz [g] – 33,5
NKT [g] – 9,5
Węglowodany [g] – 318,6
Cukry proste [g] – 80
Błonnik [g]: 24,9
Sód [mg] - 1350

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

5.03.2026, czwartek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
Śniadanie pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna– 50g (3,7,10) wędlina – 50g sałata – 10g papryka – 50g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna– 50g (3,7,10) wędlina – 80g sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) pasta jajeczna– 10g (3,7,10) wędlina – 20g sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenne – 90g (1) serek kanapkowy śmietankowy – 80g (7) delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 50g (3) sałata – 10g pomidor bez skórki – 60g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna– 50g (3,7,10) wędlina – 50g sałata – 10g papryka – 50g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)
Obiad Zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G Pieczona sztuka kurczaka – 120g P Ziemniaki z koperkiem – 250g G Surówka z białej kapusty, marchewki i kukurydzy z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G Gotowana sztuka kurczaka w sosie cukiniowym – 200g (1,7,9) G Ziemniaki z koperkiem – 100g G Gotowane warzywa – 150g G woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G Gotowana sztuka kurczaka w sosie cukiniowym – 600g (1,7,9) G Ziemniaki z koperkiem – 350g G Gotowane warzywa – 150g G woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa pietruszkowa – 300g (7,9) G Gotowana sztuka kurczaka w sosie cukiniowym – 120g (1,7,9) G Ziemniaki z koperkiem – 300g G Gotowane warzywa – 150g G woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa pomidorowa z ryżem brązowym – 300g (7,9) G Pieczona sztuka kurczaka – 120g P Ziemniaki z koperkiem – 150g G Surówka z białej kapusty, marchewki i kukurydzy z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g woda – 250ml jabłko – 150g
Kolacja pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g sałata – 10g herbata bez cukru– 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) wędlina – 80g twaróg – 100g (7) pomidor bez skórki– 50g sałata – 10g herbata bez cukru– 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) wędlina – 20g ser żółty – 20g (7) pomidor bez skórki– 50g sałata – 10g herbata bez cukru– 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenne – 90g (1) dżem – 50g twaróg – 100g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru– 250ml	**Kolacja** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g sałata – 10g herbata bez cukru– 250ml
2 Kolacja Kefir – 200g (7)	**2 Kolacja** Kefir – 200g (7)	**2 Kolacja** Jabłko – 100g	**2 Kolacja** Kefir – 200g (7)	**2 Kolacja** Kefir naturalny – 200g (7)
Podsumowanie dnia Wartość energetyczna [kcal] – 1886,7 Białko [g] – 84,4 Tłuszcz [g] – 76,1 NKT [g] – 29,6 Węglowodany [g] – 228 Cukry proste [g] – 59,2 Błonnik [g] – 25,5 Sód [mg] - 2150	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1821,9 Białko [g] – 111,9 Tłuszcz [g] – 65,4 NKT [g] – 21,9 Węglowodany [g] – 205,3 Cukry proste [g] – 61,1 Błonnik [g]: 16,7 Sód [mg] - 2150	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1993,6 Białko [g] – 46,1 Tłuszcz [g] – 84,2 NKT [g] – 20,3 Węglowodany [g] – 273,5 Cukry proste [g] – 79,1 Błonnik [g]- 23 Sód [mg] - 1825	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1702,44 Białko [g] – 82,5 Tłuszcz [g] – 31,5 NKT [g] – 18,2 Węglowodany [g] – 276,3 Cukry proste [g] – 90 Błonnik [g] – 23 Sól [g] – 1782	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1793,5 Białko [g] – 84,6 Tłuszcz [g] – 77,3 NKT [g] – 29,9 Węglowodany [g] – 205,9 Cukry proste [g] – 43,7 Błonnik [g] – 35,8 Sól [g] – 2200

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

5.03.2026, czwartek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna– 30g (3,7,10)
wędlina – 30g
sałata – 10g
papryka – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa pomidorowa z ryżem – 200g (7,9) G
Pieczona sztuka kurczaka – 100g P
Ziemniaki z koperkiem – 150g G
Surówka z białej kapusty, marchewki i kukurydzy z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 30g
ser żółty – 30g (7)
pomidor – 50g
sałata – 10g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kefir – 200g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1497,4
Białko [g] – 61,2
Tłuszcz [g] – 64,4
NKT [g] – 21,9
Węglowodany [g] –178,4
Cukry proste [g] – 57,6
Błonnik [g] – 22,1
Sód [mg] - 1920

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 50g (3)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa pietruszkowa – 300g (7,9) G
Gotowana sztuka kurczaka w sosie cukiniowym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Gotowane warzywa – 150g G
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
twaróg – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kefir – 200g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1808,3
Białko [g] – 70
Tłuszcz [g] – 57,2
NKT [g] – 19,8
Węglowodany [g] – 263,1
Cukry proste [g] – 85
Błonnik [g] – 21,6
Sód [mg] - 1500

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna– 50g (3,7,10)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa pomidorowa z ryżem – 300g (7,9) G
Gotowana sztuka kurczaka w sosie cukiniowym – 120g (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Gotowane warzywa – 150g G
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor bez skórki– 50g
sałata – 10g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kefir – 200g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1778,7
Białko [g] – 71,1
Tłuszcz [g] – 62,7
NKT [g] – 20,3
Węglowodany [g] – 242,2
Cukry proste [g] – 72
Błonnik [g]: 20,3
Sód [mg] - 1500

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Serek wiejski – 200g (7)
Dżem – 50g
Chleb pszenny – 120 (1) (maczany w mleku)
Mleko – 100g (7)
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa pietruszkowa – 300g (7,9) G
Gotowana sztuka kurczaka w sosie cukiniowym – 120g (1,7,9) G (zmielona)
Ziemniaki z koperkiem – 250g G (pure)
Gotowane warzywa – 150g G
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
Koktajl owsiano bananowy – 400g (1,7)
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Kefir – 200g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1806,4
Białko [g] – 86,7
Tłuszcz [g] – 31,7
NKT [g] – 10,3
Węglowodany [g] – 304,6
Cukry proste [g] – 89,4
Błonnik [g] – 23,6
Sód [mg] - 1200

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

6.03.2026, piątek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) dżem – 50g serek kanapkowy – 50g (7) pomidor –30g ogórek – 30g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) serek wiejski – 100g (7) wędlina – 80g pomidor bez skórki–30g ogórek – 30g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) serek wiejski – 20g (7) wędlina – 20g pomidor bez skórki–30g ogórek – 30g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G pieczywo pszenne – 90g (1) wędlina drobiowa -50g serek wiejski – 100g (7) pomidor bez skórki – 60g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)	pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) wędlina – 50g serek kanapkowy – 50g (7) pomidor –30g ogórek – 30g kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)
Obiad	**Obiad**	**Obiad**	**Obiad**	**Obiad**
Zupa krupnik – 300g (1,7,9) G Smażona ryba w bez panierki – 120g (4) S Ziemniaki pure z koperkiem – 250g G Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g woda – 250ml jabłko – 150g	Zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 200g (4,7) G Ziemniaki pure z koperkiem – 100g G Gotowana marchewka – 150g G woda – 250ml jabłko pieczone – 150g P	Zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 60g (4,7) G Ziemniaki pure z koperkiem – 350g G Gotowana marchewka – 150g G woda – 250ml jabłko pieczone – 150g P	Zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 120g (4,7) G Ziemniaki pure z koperkiem – 300g G Gotowana marchewka – 150g G woda – 250ml jabłko pieczone – 150g P	Zupa krupnik – 300g (1,7,9) G Smażona ryba w bez panierki – 120g (4) S Ziemniaki z koperkiem – 150g G Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g woda – 250ml jabłko – 150g
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**	**Kolacja**	**Kolacja**
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) sałatka jarzynowa z ciecierzycą – 60g (3,7,10) sałata – 10g papryka – 50g herbata bez cukru– 250ml	pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) wędlina – 80g sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 520g (3,7) dżem – 50g sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo pszenne – 90g (1) dżem – 50g delikatna pasta z białej jaj – 50g (3,7) serek kanapkowy – 20g (7) sałata – 10g pomidor bez skórki – 50g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7) sałatka jarzynowa z ciecierzycą – 60g (3,7,10) sałata – 10g papryka – 50g herbata bez cukru– 250ml
2 Kolacja	**2 Kolacja**	**2 Kolacja**	**2 Kolacja**	**2 Kolacja**
Jogurt owocowy – 100g (7)	Serek wiejski – 200g (7)	Banan – 100g	Jogurt owocowy – 100g (7) Herbatniki bebe – 40g (7)	Jogurt naturalny – 100g (7)
Podsumowanie dnia Wartość energetyczna [kcal] – 1878,7 Białko [g] – 64,8 Tłuszcz [g] – 78,2 NKT [g] – 30,2 Węglowodany [g] – 239,5 Cukry proste [g] – 70,3 Błonnik [g] – 23,7 Sód [mg] - 1840	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1898 Białko [g] – 125,7 Tłuszcz [g] – 77,4 NKT [g] – 22,9 Węglowodany [g] – 183,7 Cukry proste [g] – 49 Błonnik [g] – 17,2 Sód [mg] - 2012	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1932,1 Białko [g] – 46,7 Tłuszcz [g] – 80,3 NKT [g] – 21,8 Węglowodany [g] – 266,2 Cukry proste [g] – 74,9 Błonnik [g] - 23 Sód [mg] - 1680	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1830,8 Białko [g] – 91,1 Tłuszcz [g] – 33,5 NKT [g] – 9,7 Węglowodany [g] – 303,7 Cukry proste [g] – 82 Błonnik [g] - 24 Sód [mg] - 1950	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1747,7 Białko [g] – 69,7 Tłuszcz [g] – 77,2 NKT [g] – 31 Węglowodany [g] – 182,4 Cukry proste [g] – 43,2 Błonnik [g] – 32,1 Sód [mg] - 1950

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

6.03.2026, piątek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 25g
serek kanapkowy – 30g (7)
pomidor –30g
ogórek – 30g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa krupnik – 200g (1,7,9) G
Smażona ryba w bez panierki – 100g (4) S
Ziemniaki pure z koperkiem – 150g G
Surówka z kapusty kiszonej z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
woda – 250ml
jabłko – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 30g (3,7)
sałatka jarzynowa z ciecierzycą – 40g (3,7,10)
sałata – 10g
papryka – 50g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1451,4
Białko [g] – 49,6
Tłuszcz [g] – 65,7
NKT [g] – 28,4
Węglowodany [g] – 174,5
Cukry proste [g] – 57,3
Błonnik [g] – 19,9
Sód [mg] - 1300

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina drobiowa -50g
serek wiejski – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G
Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 120g (4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 250g G
Gotowana marchewka – 150g G
woda – 250ml
jabłko pieczone – 150g P

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
delikatna pasta z białej jaj – 50g (3,7)
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1808,2
Białko [g] – 79,9
Tłuszcz [g] – 54,7
NKT [g] – 21,1
Węglowodany [g] – 260,6
Cukry proste [g] – 72
Błonnik [g] - 21
Sód [mg] - 1600

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z ryżem – 250g (7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek wiejski – 60g (7)
wędlina – 50g
pomidor bez skórki–30g
ogórek – 30g
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G
Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 120g (4,7) G
Ziemniaki pure z koperkiem – 250g G
Gotowana marchewka – 150g G
woda – 250ml
jabłko pieczone – 150g P

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)
dżem – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1789,9
Białko [g] – 71,2
Tłuszcz [g] – 63,7
NKT [g] – 20,7
Węglowodany [g] – 236,5
Cukry proste [g] – 78
Błonnik [g] - 20
Sód [mg] - 1460

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 450g (1,7,G)
kawa z mlekiem bez cukru – 250g (7)

Obiad
Zupa ziemniaczana – 300g (7,9) G
Gotowana ryba w sosie pietruszkowym – 120g (4,7) G (zmielona)
Ziemniaki pure z koperkiem – 250g G
Gotowana marchewka – 150g G
woda – 250ml
jabłko pieczone – 150g P

Kolacja
Serek komo – 300g (7)
Chleb pszenny – 120g (1) (maczany w mleku)
Mleko – 250g (7)
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1847,1
Białko [g] – 101,5
Tłuszcz [g] – 48
NKT [g] – 10,4
Węglowodany [g] – 262,6
Cukry proste [g] – 69,2
Błonnik [g] – 23,4
Sód [mg] - 1250

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

7.03.2026, sobota

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
Śniadanie pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) twarożek z warzywami – 50g (7) wędlina – 50g papryka – 50g rzodkiewka – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) twarożek z warzywami – 100g (7) wędlina – 80g pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) twarożek z warzywami – 10g (7) wędlina – 20g pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenne – 90g (1) miód -50g wędlina – 50g serek kanapkowy – 20g (7) pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) twarożek z warzywami – 50g (7) wędlina – 50g papryka – 50g rzodkiewka – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)
Obiad Zupa koperkowa – 300g (7,9) Ziemniaki z koperkiem – 250g G Duszona sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) D Surówka wiosenna z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa koperkowa – 300g (7,9) Ziemniaki z koperkiem – 100g G Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 200g (1,7,9) G Gotowane buraczki – 150g G woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa koperkowa – 300g (7,9) Ziemniaki z koperkiem – 350g G Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 60g (1,7,9) G Gotowane buraczki – 150g G woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa koperkowa – 300g (7,9) Ziemniaki z koperkiem – 300g G Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G Gotowane buraczki – 150g G woda – 250ml banan – 150g	**Obiad** Zupa koperkowa – 300g (7,9) Ziemniaki z koperkiem – 150g G Duszona sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) D Surówka wiosenna z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g woda – 250ml jabłko – 150g
Kolacja pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g sałata – 10g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) delikatna pasta drobiowa – 80g (7) ser żółty – 50g (7) pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) delikatna pasta drobiowa – 10g (7) ser żółty – 20g (7) pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenne – 90g (1) delikatna pasta drobiowa – 50g (7) wędlina – 50g serek kanapkowy – 20g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) pasztet – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g sałata – 10g herbata bez cukru – 250ml
2 Kolacja Galeratka z owocami – 250g	**2 Kolacja** Jogurt naturalny – 100g (7)	**2 Kolacja** Galeratka z owocami – 250g	**2 Kolacja** Galeratka z owocami – 250g	**2 Kolacja** Serek wiejski – 200g (7)
Podsumowanie dnia Wartość energetyczna [kcal] – 1916,3 Białko [g] – 88,6 Tłuszcz [g] – 69,2 NKT [g] – 29,9 Węglowodany [g] – 249,5 Cukry proste [g] – 73 Błonnik [g] – 25,6 Sód [mg] - 2150	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1896,9 Białko [g] – 124 Tłuszcz [g] – 68,2 NKT [g] – 21,1 Węglowodany [g] – 206,1 Cukry proste [g] – 59,7 Błonnik [g] – 16 Sód [mg] - 2150	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1932,1 Białko [g] – 46,7 Tłuszcz [g] – 80,3 NKT [g] – 20,1 Węglowodany [g] – 266,2 Cukry proste [g] – 23,1 Błonnik [g] – 23 Sód [mg] - 2100	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1837,8 Białko [g] – 92,6 Tłuszcz [g] – 28 NKT [g] – 11 Węglowodany [g] – 314,9 Cukry proste [g] – 82,6 Błonnik [g] – 22,3 Sód [mg] - 2150	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1924,2 Białko [g] – 102,1 Tłuszcz [g] – 80,1 NKT [g] – 30 Węglowodany [g] – 214,1 Cukry proste [g] – 46,9 Błonnik [g] – 34,1 Sód [mg] - 2090

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

7.03.2026, sobota

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z warzywami – 30g (7)
wędlina – 30g
papryka – 50g
rzodkiewka – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 200g (7,9)
Ziemniaki z koperkiem – 150g G
Duszona sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 100g (1,7,9) D
Surówka wiosenna z dodatkiem oleju rzepakowego – 150g
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
pasztet – 20g
ser żółty – 30g (7)
pomidor – 50g
sałata – 10g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Galeratka z owocami – 250g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1472,3
Białko [g] – 59,2
Tłuszcz [g] – 57
NKT [g] – 28,9
Węglowodany [g] – 191,7
Cukry proste [g] – 66,8
Błonnik [g] – 22
Sód [mg] - 1680

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
miód -50g
wędlina – 50g
pomidor bez skórki – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 300g (7,9)
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G
Gotowane buraczki – 150g G
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
delikatna pasta drobiowa – 50g (7)
wędlina – 50g
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Galeratka z owocami – 250g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1933,3
Białko [g] – 86,7
Tłuszcz [g] – 50,6
NKT [g] – 20,1
Węglowodany [g] – 293,2
Cukry proste [g] – 79,1
Błonnik [g] – 21,1
Sód [mg] - 1650

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z warzywami – 50g (7)
wędlina – 50g
pomidor bez skórki – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 300g (7,9)
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G
Gotowane buraczki – 150g G
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
delikatna pasta drobiowa – 50g (7)
ser żółty – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
sałata – 10g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Galeratka z owocami – 250g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1895,6
Białko [g] – 102,8
Tłuszcz [g] – 64,1
NKT [g] – 19,2
Węglowodany [g] – 237
Cukry proste [g] – 65
Błonnik [g] – 18,7
Sód [mg] - 2150

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
pieczywo pszenne – 120g (1) (maczany w mleku)
mleko - 250g (7)
serek grani – 200g (7)
pomidor – 60g (bez skórki)
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 300g (7,9)
Ziemniaki z koperkiem – 250g G (pure)
Gotowana sztuka mięsa wieprzowego w sosie brokułowym – 120g (1,7,9) G (zmielona)
Gotowane buraczki – 150g G
woda – 250ml
banan – 150g

Kolacja
Ryż z jabłkami – 350g (7) G
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Galeratka z owocami – 250g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1855,4
Białko [g] – 86,2
Tłuszcz [g] – 44,7
NKT [g] – 14,1
Węglowodany [g] – 289
Cukry proste [g] – 90
Błonnik [g]: 24
Sód [mg] - 1680

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

8.03.2026, niedziela

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
Śniadanie Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek kanapkowy – 50g (7) Ogórek – 40g Papryka – 30g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) jajko gotowane – 100g (3) G serek kanapkowy – 50g (7) pomidor bez skorki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) jajko gotowane – 25g (3) G serek kanapkowy – 10g (7) pomidor bez skorki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G pieczywo pszenne – 90g (1) miód– 50g twaróg – 100g (7) pomidor – 60g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	**Śniadanie** pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) jajko gotowane – 50g (3) G serek kanapkowy – 50g (7) Ogórek – 40g Papryka – 30g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)
Obiad Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Łazanki z kapustą – 320g (1) G woda – 250ml jabłko – 200g	**Obiad** Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Ziemniaki z koperkiem – 100g G Gzik – 200g (7) woda – 250ml jabłko gotowane – 200g G	**Obiad** Rosół z makaronem – 300g (1,9) G Makaron z musem owocowym – 320g (1) G woda – 250ml jabłko gotowane – 200g G	**Obiad** Rosół z makaronem – 350g (1,9) G Ziemniaki z koperkiem – 300g G Delikatny gzik – 120g (7) woda – 250ml jabłko gotowane – 200g G	**Obiad** Rosół z makaronem brązowym – 300g (1,9) G Ziemniaki z koperkiem – 150g G Gzik – 120g (7) Ogórek kiszony – 150g woda – 250ml jabłko – 150g
Kolacja pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) wędlina – 50g kanapkowa pasta z ciecierzycy – 50g sałatka ze świeżych warzyw z olejem słonecznikowym – 140g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) wędlina – 80g serek kanapkowy – 50g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) wędlina – 20g serek kanapkowy – 10g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo pszenne – 90g (1) wędlina – 50g serek kanapkowy – 80g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	**Kolacja** pieczywo razowe – 60g (1) masło – 20g (7) wędlina – 50g kanapkowa pasta z ciecierzycy – 50g sałatka ze świeżych warzyw z olejem słonecznikowym – 140g herbata bez cukru – 250ml
2 Kolacja Serek homo – 150g (7)	**2 Kolacja** Serek homo – 300g (7)	**2 Kolacja** Galaretka z owocami – 200g	**2 Kolacja** Serek homo – 150g (7)	**2 Kolacja** Serek homo naturalny – 150g (7)
Podsumowanie dnia Wartość energetyczna [kcal] – 1896,9 Białko [g] – 90,9 Tłuszcz [g] – 83,9 NKT [g] – 20,2 Węglowodany [g] – 205,1 Cukry proste [g] – 41 Błonnik [g] – 25,2 Sód [mg] - 1680	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 2113,1 Białko [g] – 125,7 Tłuszcz [g] – 104,5 NKT [g] – 23,4 Węglowodany [g] – 175,9 Cukry proste [g] – 42,9 Błonnik [g] – 16,1 Sód [mg] - 1720	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1980,4 Białko [g] – 57,6 Tłuszcz [g] – 80,9 NKT [g] – 19,2 Węglowodany [g] – 265,8 Cukry proste [g] – 66,3 Błonnik [g] – 20,1 Sód [mg] - 1840	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1817,9 Białko [g] – 111,2 Tłuszcz [g] – 46,7 NKT [g] – 17 Węglowodany [g] – 249,1 Cukry proste [g] – 77 Błonnik [g] – 23 Sód [mg] - 2008	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1950,3 Białko [g] – 96,2 Tłuszcz [g] – 90,8 NKT [g] – 20,9 Węglowodany [g] – 202,2 Cukry proste [g] – 41 Błonnik [g] – 34,5 Sód [mg] - 1580

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

8.03.2026, niedziela

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 150g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
jajko gotowane – 50g (3) G
serek kanapkowy – 20g (7)
Ogórek – 40g
Papryka – 30g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Rosół z makaronem – 200g (1,9) G
Łazanki z kapustą – 200g (1) G
woda – 250ml
jabłko – 200g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 30g
kanapkowa pasta z ciecierzycy – 30g
sałatka ze świeżych warzyw z olejem słonecznikowym – 140g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1505,6
Białko [g] – 70
Tłuszcz [g] – 72,5
NKT [g] – 18,5
Węglowodany [g] – 152,6
Cukry proste [g] – 37,7
Błonnik [g] – 21,7
Sód [mg] - 850

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
miód– 50g
twaróg – 50g (7)
pomidor – 60g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Rosół z makaronem – 350g (1,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 300g G
Delikatny gzik – 120g (7)
woda – 250ml
jabłko gotowane – 200g G

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
serek kanapkowy – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1932
Białko [g] – 97
Tłuszcz [g] – 71,6
NKT [g] – 19,2
Węglowodany [g] – 235,5
Cukry proste [g] – 64,5
Błonnik [g] – 21,4
Sód [mg] - 2008

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
jajko gotowane – 50g (3) G
serek kanapkowy – 50g (7)
pomidor bez skorki – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Rosół z makaronem – 300g (1,9) G
Makaron z musem owocowym – 320g (1) G
woda – 250ml
jabłko gotowane – 200g G

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
serek kanapkowy – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1868
Białko [g] – 87,9
Tłuszcz [g] – 86
NKT [g] – 18,3
Węglowodany [g] – 194,5
Cukry proste [g] – 43,7
Błonnik [g] – 18,6
Sód [mg] - 1320

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Kaszka manna mleczna owocowa – 450g (1,7,G)
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Rosół z makaronem – 350g (1,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 300g G (pure)
Delikatny gzik – 120g (7)
woda – 250ml
jabłko gotowane – 200g G

Kolacja
Koktajl z jogurtem, burakiem, bananem i truskawką – 450g (7)
Biszkopty – 60g (1)
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Serek homo – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1789,9
Białko [g] – 86,6
Tłuszcz [g] – 39,2
NKT [g] – 9,8
Węglowodany [g] – 286,2
Cukry proste [g] – 89
Błonnik [g]: 25,4
Sód [mg] - 1040

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

9.03.2026, poniedziałek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa	2. Dieta wysokobiałkowa	3. Dieta niskobiałkowa	4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.	5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.
Śniadanie	**Śniadanie**	**Śniadanie**	**Śniadanie**	**Śniadanie**
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7) pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 10g (7) miód – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g rzodkiewka – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7) pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) wędlina – 80g ser żółty – 50g (7) pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) miód – 50g ser żółty – 20g (7) pomidor bez skórki – 50g sałata – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7) pieczywo pszenne – 90g (1) wędlina – 50g delikatna pasta z białek jaj z warzywami – 50g (3,7) serek kanapkowy – 20g (7) pomidor bez skórki – 50g sałata - 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)	pieczywo razowe – 90g (1) masło – 10g (7) wędlina – 50g ser żółty – 50g (7) pomidor – 50g rzodkiewka – 10g kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)
Obiad	**Obiad**	**Obiad**	**Obiad**	**Obiad**
Grochówka – 300g (1,7,9) G Makaron brązowy – 180g (1) G Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym – 150g G woda – 250ml jabłko – 150g	Zupa ryżowa – 300g (7,9) G Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 200g G Makaron – 100g (1) G Gotowane warzywa – 150g G woda – 250ml jabłko pieczone – 150g P	Zupa ryżowa – 300g (7,9) G Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 60g G Makaron – 280g (1) G Gotowane warzywa – 150g G woda – 250ml jabłko pieczone – 150g P	Zupa ryżowa – 300g (7,9) G Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G Ziemniaki z wody z koperkiem – 300g G Gotowane warzywa – 150g G woda – 250ml jabłko pieczone – 150g P	Grochówka – 300g (1,7,9) G Makaron brązowy – 150g (1) G Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym – 150g G woda – 250ml jabłko – 150g
Kolacja	**Kolacja**	**Kolacja**	**Kolacja**	**Kolacja**
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1) pieczywo razowe – 30g (1) masło – 20g (7) pasta rybna– 50g (4,7) serek kanapkowy - 50g (7) ogórek kiszony– 40g pomidor – 30g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1) masło – 20g (7) delikatna pasta rybna– 80g (4,7) twarożek z koperkiem – 100g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1) masło – 40g (7) delikatna pasta rybna– 20g (4,7) twarożek z koperkiem – 10g (7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo pszenne – 90g (1) twarożek z koperkiem - 100g (7) delikatna pasta rybna– 50g (4,7) pomidor bez skórki – 60g herbata bez cukru – 250ml	pieczywo razowe – 90g (1) masło – 20g (7) pasta rybna– 50g (4,7) serek kanapkowy - 50g (7) ogórek kiszony– 40g pomidor – 30g herbata bez cukru – 250ml
2 Kolacja	**2 Kolacja**	**2 Kolacja**	**2 Kolacja**	**2 Kolacja**
Jogurt owocowy – 100g (7)	Serek homo – 150g (7)	Kisiel – 200g	Jogurt owocowy – 100g (7)	Jogurt naturalny – 100g (7)
Podsumowanie dnia Wartość energetyczna [kcal] – 2206,5 Białko [g] – 84 Tłuszcz [g] – 84,6 NKT [g] – 33 Węglowodany [g] – 289,2 Cukry proste [g] – 56,6 Błonnik [g] – 26,3 Sód [mg] - 1540	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 2124,4 Białko [g] – 131,7 Tłuszcz [g] – 84,6 NKT [g] – 24,3 Węglowodany [g] – 219,1 Cukry proste [g] – 56,5 Błonnik [g] - 20 Sód [mg] - 1610	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1899,2 Białko [g] – 52,4 Tłuszcz [g] – 69,4 NKT [g] – 23,1 Węglowodany [g] – 276,6 Cukry proste [g] – 57 Błonnik [g] - 19 Sód [mg] - 1680	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1772,1 Białko [g] – 104,1 Tłuszcz [g] – 31,3 NKT [g] – 11,1 Węglowodany [g] – 281,1 Cukry proste [g] – 59 Błonnik [g] – 26 Sód [mg] - 2000	**Podsumowanie dnia** Wartość energetyczna [kcal] – 1810,8 Białko [g] – 86,9 Tłuszcz [g] – 81,3 NKT [g] – 32 Węglowodany [g] – 198,3 Cukry proste [g] – 49,6 Błonnik [g] – 33,6 Sód [mg] - 1680

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

9.03.2026, poniedziałek

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7)
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
miód – 25g
ser żółty – 30g (7)
pomidor – 50g
rzodkiewka – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Grochówka – 200g (1,7,9) G
Makaron brązowy – 150g (1) G
Sos boloński z mielonym mięsem wieprzowym – 100g G
Gotowane warzywa skropione olejem rzepakowym – 150g G
woda – 250ml
jabłko – 150g

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
pasta rybna– 30g (4,7)
serek kanapkowy - 30g (7)
ogórek kiszony– 40g
pomidor – 30g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1679,4
Białko [g] – 62
Tłuszcz [g] – 70,8
NKT [g] – 29
Węglowodany [g] – 208,9
Cukry proste [g] – 50,5
Błonnik [g] – 22,6
Sód [mg] - 1000

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7)
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
delikatna pasta z białek jaj z warzywami – 50g (3,7)
pomidor bez skórki – 50g
sałata - 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa ryżowa – 300g (7,9) G
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G
Gotowane warzywa – 150g G
woda – 250ml
jabłko pieczone – 150g P

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z koperkiem - 50g (7)
delikatna pasta rybna– 50g (4,7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1924
Białko [g] – 94,1
Tłuszcz [g] – 58,6
NKT [g] – 19,8
Węglowodany [g] – 266,7
Cukry proste [g] – 55,6
Błonnik [g] – 25,9
Sód [mg] - 1720

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z kaszką manną – 250g (1,7)
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
miód – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor bez skórki – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa ryżowa – 300g (7,9) G
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Makaron – 180g (1) G
Gotowane warzywa – 150g G
woda – 250ml
jabłko pieczone – 150g P

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
delikatna pasta rybna– 50g (4,7)
twarożek z koperkiem – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1957,4
Białko [g] – 91,9
Tłuszcz [g] – 70,6
NKT [g] – 20,2
Węglowodany [g] – 248,9
Cukry proste [g] – 54,9
Błonnik [g] - 22
Sód [mg] - 1840

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Kleik ryżowy mleczny z masełkiem – 500g (7)
Banan dojrzały – 100g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa ryżowa – 300g (7,9) G
Gotowany lekki sos pomidorowy z mielonym mięsem wieprzowym – 120g G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G (pure)
Gotowane warzywa – 150g G
woda – 250ml
jabłko pieczone – 150g P

Kolacja
Kaszotto z pomidorami –400g (1,7,9,G) (zmielone)
Serek homo – 150g (7)
herbata bez cukru – 250ml

2 Kolacja
Jogurt owocowy – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 177,18
Białko [g] – 73,4
Tłuszcz [g] – 51,7
NKT [g] – 12,7
Węglowodany [g] – 263,7
Cukry proste [g] – 89
Błonnik [g]: 25,1
Sód [mg] - 810

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

10.03.2026, wtorek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie - 60g (1)
pieczywo razowe - 30g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)
wędlina – 50g
sałata – 5g
papryka – 80g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa jarzynowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G
Kasza jęczmienna – 180g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie - 60g (1)
pieczywo razowe - 30g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 70g
sałata – 5g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2174,8
Białko [g] – 108,5
Tłuszcz [g] – 71,4
NKT [g] – 19,8
Węglowodany [g] – 272,9
Cukry proste [g] – 61,3
Błonnik [g] – 30,8
Sód [mg] - 1998

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)
masło – 10g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)
wędlina – 90g
sałata – 5g
papryka – 80g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa jarzynowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 200g G
Kasza kuskus – 100g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie - 90g (1)
masło – 10g (7)
wędlina – 90g
ser żółty – 60g (7)
pomidor – 70g
sałata – 5g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2198,7
Białko [g] – 135,1
Tłuszcz [g] – 66,8
NKT [g] – 21,4
Węglowodany [g] – 246,4
Cukry proste [g] – 48,1
Błonnik [g] – 29
Sód [mg] - 1997

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)
masło – 30g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 10g (3,7)
serek topiony – 10g (7)
sałata – 5g
papryka – 80g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa jarzynowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 60g G
Kasza kuskus – 280g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie - 140g (1)
masło – 30g (7)
wędlina – 10g
ser żółty – 10g (7)
pomidor – 70g
sałata – 5g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2168,2
Białko [g] – 64,8
Tłuszcz [g] – 86,8
NKT [g] – 21,4
Węglowodany [g] – 306,4
Cukry proste [g] – 58,4
Błonnik [g] – 28
Sód [mg] - 1992

4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 10g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 60g (7)
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 35g (3,G)
sałata – 5g
pomidor bez skórki – 70g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 300g G
Gotowane buraczki – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 10g (7)
miód – 50g
twaróg – 50g (7)
pomidor – 120g(bez skórki)
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko gotowane– 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2184,7
Białko [g] – 118,7
Tłuszcz [g] – 50,1
NKT [g] – 14,9
Węglowodany [g] – 324,5
Cukry proste [g] – 59
Błonnik [g] – 20,1
Sód [mg] - 1985

5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

Śniadanie
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)
wędlina – 50g
sałata – 5g
papryka – 80g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa jarzynowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G
Kasza jęczmienna – 150g (1) G
Surówka z buraczków surowych z olejem rzepakowym – 150g
jabłko – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo razowe – 120g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 70g
sałata – 5g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jogurt naturalny – 100g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2154,8
Białko [g] – 108,5
Tłuszcz [g] – 71,4
NKT [g] – 19,8
Węglowodany [g] – 252,9
Cukry proste [g] – 57,3
Błonnik [g] – 34,2
Sód [mg] - 1991

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

10.03.2026, wtorek

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 150g (1,7) G
pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)
pieczywo razowe - 30g (1)
masło – 10g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 20g (3,7)
wędlina – 20g
sałata – 5g
papryka – 80g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa jarzynowa – 200g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 100g G
Kasza jęczmienna – 120g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie - 30g (1)
pieczywo razowe - 30g (1)
masło – 10g (7)
wędlina – 40g
ser żółty – 30g (7)
pomidor – 70g
sałata – 5g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1712,3
Białko [g] – 91,4
Tłuszcz [g] – 60,2
NKT [g] – 17,2
Węglowodany [g] – 209,5
Cukry proste [g] – 46
Błonnik [g] – 17,2
Sód [mg] - 1978

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 60g (7)
delikatna pasta z białka jaj z warzywami – 35g (3,G)
sałata – 5g
pomidor bez skórki – 70g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G
Gotowane buraczki – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
dżem – 50g
twaróg – 50g (7)
pomidor – 120g(bez skórki)
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko gotowane– 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7
Białko [g] – 118,7
Tłuszcz [g] – 60,1
NKT [g] – 14,9
Węglowodany [g] – 324,5
Cukry proste [g] – 59
Błonnik [g] – 20,1
Sód [mg] - 1991

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
pasta jajeczna ze szczypiorkiem – 50g (3,7)
wędlina – 50g
sałata – 5g
pomidor bez skórki – 70g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa jarzynowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G
Kasza kuskus – 180g (1) G
Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
ser żółty – 50g (7)
pomidor – 70g
sałata – 5g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2004,7
Białko [g] – 118,7
Tłuszcz [g] – 60,1
NKT [g] – 14,9
Węglowodany [g] – 324,5
Cukry proste [g] – 59
Błonnik [g] – 20,1
Sód [mg] - 1991

8. Dieta papkowata

*dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie

Śniadanie
Zupa mleczna z płatkami owsianymi – 250g (1,7) G
Serek wiejski – 200g (7)
Dżem – 40g
Chleb pszenny – 90 (1) (maczany w mleku)
Mleko – 100g (7)
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa koperkowa – 300g (7,9) G
Gotowany gulasz z indyka z marchewką – 120g G (zmielony)
Ziemniaki z wody z koperkiem – 250g G (pure)
Gotowane buraczki – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Jabłko gotowane– 100g G

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1707
Białko [g] – 78
Tłuszcz [g] – 45
NKT [g] – 11
Węglowodany [g] – 254,4
Cukry proste [g] – 65
Błonnik [g] – 15,4
Sód [mg] - 1970

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

11.03.2026, środa

*zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie

1. Dieta podstawowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
wędlina – 50g
pomidor – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa z fasolki szparagowej– 300ml (7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Smażona wieprzowina z pieczarkami – 120g S
Surówka z białej kapusty z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 60g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z rzodkiewką – 50g (7)
wędlina – 50g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1927
Białko [g] – 103,8
Tłuszcz [g] – 75,1
NKT [g] – 30,3
Węglowodany [g] – 219,5
Cukry proste [g] – 51,8
Błonnik [g] – 15,5
Sód [mg] - 2008

2. Dieta wysokobiałkowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanpakowy – 50g (7)
wędlina – 80g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 300ml (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 100g G
Gotowana wieprzowina w sosie pietruszkowym – 200g (1,7,9) G
Gotowana marchewka – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z rzodkiewką – 100g (7)
wędlina – 50g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2025,1
Białko [g] – 132,6
Tłuszcz [g] – 75,8
NKT [g] – 26
Węglowodany [g] – 211,8
Cukry proste [g] – 63,5
Błonnik [g] – 13,7
Sód [mg] - 20010

3. Dieta niskobiałkowa

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1)
masło – 40g (7)
serek kanapkowy – 20g (7)
wędlina – 10g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 300ml (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 350g G
Gotowana wieprzowina w sosie pietruszkowym – 60g (1,7,9) G
Gotowana marchewka – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 120g (1)
masło – 40g (7)
twarożek z rzodkiewką – 20g (7)
wędlina – 20g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Mus owocowy – 100g

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2008,3
Białko [g] – 58,1
Tłuszcz [g] – 83,3
NKT [g] – 20,2
Węglowodany [g] – 263,7
Cukry proste [g] – 59,5
Błonnik [g] – 14,7
Sód [mg] - 2008

4. Dieta łatwostrawna z ogr. tłusz.

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
serek kanapkowy śmietankowy – 80g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 70g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 300ml (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 300g G
Gotowana wieprzowina w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) G
Gotowana marchewka – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
wędlina – 50g
twarożek słodki – 100g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1879,5
Białko [g] – 114,6
Tłuszcz [g] – 46,7
NKT [g] – 17,3
Węglowodany [g] – 259,6
Cukry proste [g] – 70,4
Błonnik [g] – 21
Sód [mg] - 2008

5. Dieta z ogr. łatwo przysw. węgl.

Śniadanie
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
wędlina – 50g
pomidor – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa z fasolki szparagowej– 300ml (7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 150g G
Smażona wieprzowina z pieczarkami – 120g S
Surówka z białej kapusty z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
jabłko – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo razowe – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z rzodkiewką – 50g (7)
wędlina – 50g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo naturalny – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1934,5
Białko [g] – 109,5
Tłuszcz [g] – 83,1
NKT [g] – 30,4
Węglowodany [g] – 202,3
Cukry proste [g] – 40,5
Błonnik [g] – 30,7
Sód [mg] - 2016

SPZOZ MIĘDZYCHÓD
BĘDZIESZ POD FACHOWĄ I ŻYCZLIWĄ OPIEKĄ

11.03.2026, środa

***zastrzega się prawo do zmian w jadłospisie**

6. Dieta ubogoenergetyczna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 20g (7)
wędlina – 30g
pomidor – 50g
sałata – 10g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa z fasolki szparagowej– 200ml (7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 150g G
Smażona wieprzowina z pieczarkami – 100g S
Surówka z białej kapusty z marchewką z dodatkiem oleju słonecznikowego – 150g
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 30g (1)
pieczywo razowe – 30g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z rzodkiewką – 30g (7)
wędlina – 30g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1548,1
Białko [g] – 76,5
Tłuszcz [g] – 66,5
NKT [g] – 25,6
Węglowodany [g] – 169,7
Cukry proste [g] – 50,4
Błonnik [g] – 14,2
Sód [mg] - 1985

7A. Dieta łatw. z ogr. subst. pobudz. wydzielanie soku żołądkowego

Śniadanie
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy śmietankowy – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 70g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 300ml (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Gotowana wieprzowina w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) G
Gotowana marchewka – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenne – 90g (1)
masło – 20g (7)
wędlina – 50g
twarożek słodki – 50g (7)
pomidor bez skórki – 60g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1992,1
Białko [g] – 102,7
Tłuszcz [g] – 71,4
NKT [g] – 21,1
Węglowodany [g] – 243,7
Cukry proste [g] – 68,8
Błonnik [g] – 20
Sód [mg] - 2000

7B. Dieta łatwostrawna

Śniadanie
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
serek kanapkowy – 50g (7)
wędlina – 50g
sałata – 10g
pomidor bez skórki – 50g
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 300ml (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 250g G
Gotowana wieprzowina w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) G
Gotowana marchewka – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
pieczywo pszenno-żytnie – 90g (1)
masło – 20g (7)
twarożek z rzodkiewką – 50g (7)
wędlina – 50g
sałatka ze świeżych warzyw z dodatkiem oleju słonecznikowego – 120g
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 2148,7
Białko [g] – 107,3
Tłuszcz [g] – 73,5
NKT [g] – 22
Węglowodany [g] – 275,6
Cukry proste [g] – 72
Błonnik [g] – 16,9
Sód [mg] - 2008

8. Dieta papkowata

***dieta jest dostosowana pod stan zdrowia pacjenta, więc struktura, konsystencja czy składniki mogą ulec zmianie**

Śniadanie
Serek wiejski – 200g (7)
Dżem – 50g
Chleb pszenny – 90 (1) (maczany w mleku)
Mleko – 100g (7)
kawa z mlekiem bez cukru – 250ml (7)

Obiad
Zupa grysikowa– 300ml (1,7,9) G
Ziemniaki z koperkiem – 250g G (pure)
Gotowana wieprzowina w sosie pietruszkowym – 120g (1,7,9) G (zmielona)
Gotowana marchewka – 150g G
Banan – 150g
woda – 250ml

Kolacja
Koktajl owocowo-mleczny z dodatkiem płatków – 400g (1,7)
herbata bez cukru– 250ml

2 Kolacja
Serek homo owocowy – 150g (7)

Podsumowanie dnia
Wartość energetyczna [kcal] – 1865,6
Białko [g] – 102,9
Tłuszcz [g] – 44
NKT [g] – 8,5
Węglowodany [g] – 273,7
Cukry proste [g] – 97
Błonnik [g] – 21,4
Sód [mg] - 1977

W nawiasach poszczególnych składników posiłków podano alergeny występujące w danej potrawie oraz sposób obróbki termicznej.

Wykaz alergenów:
1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaj i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej:
P - pieczenie
Par – parowanie
G – gotowanie
D – duszenie
S - smażenie