

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01		
Dieta: PODSTAWOWA		
parówka 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, ogórek zielony 20g, ser biały w kostce 30g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), zupa mleczna z budyniem 100g (BIA),	Rosół z makaronem 300ml (BIA, GLU, JAJ, SEL), kurczak duszony 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż na sypko 150g, marchewka z groszkiem 100g (BIA, ROŚ), sos 100ml (GLU, SEL),	połędwica sopočka 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2252.44 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz: 68.18 g; Węglowodany ogółem: 352.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.97 g; sól: 2701.13 mg; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g;		
niedziela 2026-02-01		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), parówka cienka 40g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g, ser biały w kostce 30g (BIA), zupa mleczna z budyniem 100g (BIA),	rosół z makaronem 300g (GLU, SEL), kurczak duszony 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż na sypko 150g, marchew gotowana 100g (BIA), sos 100ml,	masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, połędwica sopočka 40g (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2149.27 kcal; Białko ogółem: 99.06 g; Tłuszcz: 78.84 g; Węglowodany ogółem: 280.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.43 g; sól: 2373.01 mg; suma cukrów prostych: 50.69 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g;		
niedziela 2026-02-01		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), parówka cienka 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g, ser biały w kostce 30g (BIA), zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), II Śniadanie: mandarynka 100g,	rosół z makaronem 300g (GLU, SEL), kurczak duszony 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ryż ciemny na sypko 150g, marchewka z groszkiem 100g (BIA, ROŚ), sos 100ml (GLU, SEL), Podwieczorek: jogurt naturalny 100g (BIA),	połędwica sopočka 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia : 2232.94 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 78.32 g; Węglowodany ogółem: 306.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.24 g; sól: 2373.42 mg; suma cukrów prostych: 65.33 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-02		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa zbożowa z mlekiem 100ml (BIA, GLU), serek grani z rzodkiewką 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , papryka 50g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU),	Zupa brokułowa z kluseczkami 300g (GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , pulpet z marchewką 100g (BIA, JAJ), surówka z kapusty białej z porą 100g (JAJ, GOR), ziemniaki 250g (BIA), sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL),	szynkowa 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g (BIA, JAJ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 80g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2104.09 kcal; Białko ogółem: 77.73 g; Tłuszcz: 74.14 g; Węglowodany ogółem: 303.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.56 g; sól: 2162.57 mg; suma cukrów prostych: 39.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;		
poniedziałek 2026-02-02		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani naturalny 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU),	Zupa brokułowa z kluseczkami 300g (GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , pulpet z marchewką 100g (BIA, JAJ), fasolka szparagowa 100g (BIA, ROŚ), ziemniaki 200g (BIA), sos pomidorowy 100ml ,	szynkowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pasta z jaj z koperkiem 30g (BIA, JAJ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2125.50 kcal; Białko ogółem: 82.57 g; Tłuszcz: 75.89 g; Węglowodany ogółem: 300.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.02 g; sól: 2291.64 mg; suma cukrów prostych: 38.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.70 g;		
poniedziałek 2026-02-02		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani z rzodkiewką 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 30g (BIA, GLU), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pomidor 50g , papryka 50g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), II Śniadanie: kiwi 1szt ,	Zupa brokułowa z kluseczkami 300g (GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , pulpet z marchewką 100g (BIA, JAJ), surówka z kapusty białej z porą 100g (JAJ, GOR), ziemniaki 200g , sos pomidorowy 100ml , Podwieczorek: mus jogurtowy z owocami 100g (BIA),	szynkowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g (BIA, JAJ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 80g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2179.23 kcal; Białko ogółem: 81.90 g; Tłuszcz: 69.96 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.54 g; sól: 2178.33 mg; suma cukrów prostych: 51.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), parówka cienka 30g (GLU, MIĘ), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, ogórek zielony 20g, jajko gotowane 1szt (JAJ), zupa mleczna z ryżem 100ml (BIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), Filet z kurczaka panierowany 100g (BIA, GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g (BIA), buraczki 100g,	połędwica sopocka 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b/cukru 250ml, papryka 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2322.86 kcal; Białko ogółem: 95.41 g; Tłuszcz: 69.35 g; Węglowodany ogółem: 353.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.05 g; sól: 2503.88 mg; suma cukrów prostych: 42.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.24 g;		
wtorek 2026-02-03		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), parówka cienka 40g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g, jajko gotowane 1szt (JAJ), zupa mleczna z ryżem 100ml (BIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), filet gotowany 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g (BIA), buraczki 100g, sos 100ml,	masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, połędwica sopocka 40g (BIA, GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2342.96 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 76.72 g; Węglowodany ogółem: 336.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.27 g; sól: 2883.50 mg; suma cukrów prostych: 42.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;		
wtorek 2026-02-03		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), parówka cienka 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g, jajko gotowane 1szt (JAJ), zupa mleczna z ryżem 100ml (BIA), II Śniadanie: budyń 100ml (BIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), filet gotowany 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g (BIA), sałata z jogurtem 100g (BIA), sos 100ml (GLU, SEL), Podwieczorek: sałata z pomidorem i ogórkiem i sosem vinegrette 100g (DWU, GOR),	połędwica sopocka 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia : 2427.29 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 79.56 g; Węglowodany ogółem: 347.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.95 g; sól: 2822.06 mg; suma cukrów prostych: 49.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), polędwica drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), twarożek waniliowy 30g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g ,	Barszcz ukraiński 300ml (GLU, SEL, ROŚ), kęski drobiowe w warzywach 150g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ,	sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g (JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), szynka 30g (BIA, GLU), herbata b cukru 250ml , papryka 80g , ogórek zielony 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2294.53 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 52.95 g; Węglowodany ogółem: 385.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.48 g; sól: 2763.14 mg; suma cukrów prostych: 55.93 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g;		
środa 2026-02-04		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), polędwica drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), twarożek waniliowy 40g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), kęski drobiowe z warzywami 150g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g (BIA),	sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g (JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), szynka 30g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2102.15 kcal; Białko ogółem: 85.12 g; Tłuszcz: 55.93 g; Węglowodany ogółem: 335.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.10 g; sól: 2169.99 mg; suma cukrów prostych: 30.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;		
środa 2026-02-04		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), polędwica drobiowa 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), twarożek z papryka 30g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), ogórek zielony 80g , sałata 20g , II Śniadanie: wafle ryżowe 30g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL, DWU), kęski drobiowe z warzywami 150g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g (BIA), Podwieczorek: jabłko pieczone z cynamonem 150g ,	sałatka z ciemnym ryżem brokułem i marchewką 100g (JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), szynka 30g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml , papryka 80g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2251.97 kcal; Białko ogółem: 76.87 g; Tłuszcz: 56.90 g; Węglowodany ogółem: 383.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; sól: 2282.28 mg; suma cukrów prostych: 34.70 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-05		
Dieta: PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani ze szczypiorkiem 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałata 20g ,	ryżanka z warzywami 300ml (GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , Roladka drobiowa z warzywami 100g (BIA, GLU, SEL), ziemniaki 200g (BIA), surówka z selera i marchewki 100g (BIA, SEL), sos 100ml (GLU, SEL), Podwieczorek: budyń z sokiem 100ml (BIA),	poledwica drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka makaronowa z brokułem 100g (GLU, JAJ, GOR), herbata b/cukru 250ml , kiwi 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2237.68 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 46.86 g; Węglowodany ogółem: 379.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.52 g; sól: 2604.28 mg; suma cukrów prostych: 64.98 g; Błonnik pokarmowy: 29.49 g;		
czwartek 2026-02-05		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), twarożek z pomidorami 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g ,	ryżanka z warzywami 300ml (GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , Roladka drobiowa z warzywami 100g (BIA, GLU, SEL), surówka z selera i marchewki 100g (BIA, SEL), sos 100ml (GLU, SEL), ziemniaki 200g (BIA),	polewica drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka makaronowa z brokułem 100g (GLU, JAJ, GOR), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2239.16 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 47.80 g; Węglowodany ogółem: 378.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.23 g; sól: 3468.07 mg; suma cukrów prostych: 45.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;		
czwartek 2026-02-05		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani ze szczypiorkiem 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), sałata 20g , papryka 80g , II Śniadanie: kiwi 1szt ,	ryżanka z warzywami/ z ciemnym ryżem/ 300ml (GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , Roladka drobiowa z warzywami 100g (BIA, GLU, SEL), surówka z selera i marchewki 100g (BIA, SEL), ziemniaki 200g (BIA), sos 100ml (GLU, SEL), Podwieczorek: sałata z pomidorem i papryką i sosem vinegrette 100g (DWU, GOR),	poledwica drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), sałatka makaronem wielozmianowym i z brokułem 100g (GLU, JAJ, GOR), herbata b/cukru 250ml , rzodkiewka 80g , ogórek zielony 50g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2335.46 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 49.17 g; Węglowodany ogółem: 401.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.60 g; sól: 3304.76 mg; suma cukrów prostych: 46.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-06		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), ser żółty 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g (BIA, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), rzodkiewka 80g, sałata 20g,	Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml (GLU, JAJ, SEL), Śledź w sosie tatarskim 100g (BIA, RYB), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g,	pasta ze strączków z twarogiem 30g (BIA, ROŚ), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), ser topiony 30g (BIA), herbata b cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2098.70 kcal; Białko ogółem: 70.86 g; Tłuszcz: 64.70 g; Węglowodany ogółem: 329.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.55 g; sól: 2329.12 mg; suma cukrów prostych: 33.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.77 g;		
piątek 2026-02-06		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), twarożek grani naturalny 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pasta z jaj 30g (BIA, JAJ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g (SEL),	pasta ze strączków z twarogiem 30g (BIA, ROŚ), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), ser topiony 30g, herbata b cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2024.77 kcal; Białko ogółem: 80.05 g; Tłuszcz: 58.78 g; Węglowodany ogółem: 317.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.55 g; sól: 1957.80 mg; suma cukrów prostych: 43.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;		
piątek 2026-02-06		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), twarożek grani naturalny 40g (BIA), masło 82% 15g (BIA), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g (BIA, JAJ), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), rzodkiewka 80g, pomidor 20g, II Śniadanie: mandarynka 100g,	Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml (GLU, JAJ, SEL), Ryba gotowana 100g (RYB), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g (SEL), Podwieczorek: Kisiel z tartym jabłkiem 100g,	pasta ze strączków z twarogiem 30g (BIA, ROŚ), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), ser żółty 30g (BIA), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2208.16 kcal; Białko ogółem: 89.29 g; Tłuszcz: 75.96 g; Węglowodany ogółem: 316.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.14 g; sól: 2059.81 mg; suma cukrów prostych: 56.58 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g (BIA, RYB), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 40g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa fasolowa 300ml (GLU, SEL, ROŚ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z serem 200g (BIA, GLU, JAJ), jogurt naturalny 100g (BIA),	sałatka ziemniaczana z jajem 100g (JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), szynkowa regionalna 30g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 50g, ogórek zielony 50g,
Wartości odżywcze: Energia : 2147.35 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz: 63.96 g; Węglowodany ogółem: 392.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; sól: 2319.81 mg; suma cukrów prostych: 31.22 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g;		
sobota 2026-02-07		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), pasta z ryby 30g (BIA, RYB), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL, DWU), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z truskawkami i jogurtem 200g (BIA, GLU, JAJ),	sałatka ziemniaczana z jajem 100g (JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), szynkowa regionalna 30g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2146.14 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 61.96 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.08 g; sól: 3308.94 mg; suma cukrów prostych: 35.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.55 g;		
sobota 2026-02-07		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g (BIA, RYB), masło 82% 15g (BIA), szynka drobiowa 30g (BIA, GLU), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), rzodkiewka 20g, pomidor 80g, II Śniadanie: budyń bez soku 100ml (BIA),	Zupa fasolowa 300ml (GLU, SEL, ROŚ), woda mineralna n/ gazowana 200g, filet duszony 100g (BIA, GLU, SEL), sos cytrynowy 100ml (GLU), ziemniaki 200g (BIA), surówka wiosenna z kapusty pekińskiej 100g, Podwieczorek: sałatka ze strączków z jajem, szczypiorkiem i sosem winogret 150g (JAJ, ROŚ),	szynkowa regionalna 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), sałatka ziemniaczana z jajem 100g (JAJ, GOR), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2214.30 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 73.14 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.65 g; sól: 2158.48 mg; suma cukrów prostych: 53.80 g; Błonnik pokarmowy: 30.86 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), ser biały w kostce 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), papryka 80g, sałata 20g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), kurczak duszony 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g (BIA), fasolka szparagowa 100g (BIA, ROŚ), sos 100ml (GLU, SEL),	szynka drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), ser żółty 30g (BIA), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, ogórek zielony 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2248.76 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 331.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.28 g; sól: 2563.51 mg; suma cukrów prostych: 42.43 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;		
niedziela 2026-02-08		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), szynka wp 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), ser biały w kostce 30g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), kurczak duszony 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g (BIA), fasolka szparagowa 100g (BIA, ROŚ), sos 100ml (GLU, SEL),	szynka drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g (BIA, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2115.93 kcal; Białko ogółem: 88.77 g; Tłuszcz: 79.88 g; Węglowodany ogółem: 280.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.91 g; sól: 2081.95 mg; suma cukrów prostych: 32.36 g; Błonnik pokarmowy: 22.24 g;		
niedziela 2026-02-08		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), szynka drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), ser biały w kostce 30g (BIA), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), rzodkiewka 50g, pomidor 40g, II Śniadanie: kiwi 100g,	Rosół z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), kurczak duszony 100g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g (BIA), fasolka szparagowa 100g (BIA, ROŚ), sos 100ml (GLU), Podwieczorek: mus owocowy 100g,	szynka drobiowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g (BIA, JAJ), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 50g, pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia : 2135.96 kcal; Białko ogółem: 85.44 g; Tłuszcz: 81.00 g; Węglowodany ogółem: 287.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.18 g; sól: 1932.46 mg; suma cukrów prostych: 58.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-09		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), pasta twarogowo paprykowa 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), ser żółty 30g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 40g, sałata 20g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (GLU, SEL), racuchy z jabłkiem i jogurtem 200g (BIA, GLU), woda mineralna n/ gazowana 200g,	paprykarz 30g, masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 30g (BIA, GLU), herbata b cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2154.82 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 65.60 g; Węglowodany ogółem: 337.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.45 g; sól: 2379.01 mg; suma cukrów prostych: 45.10 g; Błonnik pokarmowy: 22.52 g;		
poniedziałek 2026-02-09		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), pasta twarogowo-pomidorowa 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa regionalna 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (GLU, SEL), kopytka dyniowe 200g (GLU, JAJ), woda mineralna n/ gazowana 200g, sos koperkowy 100ml (GLU, SEL), surówka z selera i marchewki 100g (BIA, SEL),	paprykarz 30g, masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 30g (BIA, GLU), herbata b cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2015.80 kcal; Białko ogółem: 70.80 g; Tłuszcz: 44.70 g; Węglowodany ogółem: 359.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.82 g; sól: 2502.14 mg; suma cukrów prostych: 43.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g;		
poniedziałek 2026-02-09		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), pasta twarogowo-pomidorowa 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa regionalna 30g (BIA, GLU), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g, II Śniadanie: sałata z pomidorem i ogórkiem sosem vinegrette 100g (DWU, GOR),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (GLU, SEL), Schab gotowany 80g (BIA, GLU), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos 100g (SEL), surówka wiosenna z kapusty pekińskiej 100g, Podwieczorek: Ryż ciemny z sosem owocowym 100g,	paprykarz 30g, masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 30g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2167.62 kcal; Białko ogółem: 85.52 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 312.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; sól: 2082.23 mg; suma cukrów prostych: 52.11 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-10		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani z rzodkiewką 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałata 20g, papryka 80g,	Zupa brokułowa z kluseczkami 300g (GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, stek mielony z cebulką 100g (BIA, GLU, JAJ), Surówka z kapusty modrej 100g (JAJ, GOR), ziemniaki 250g (BIA),	sałatka makaronowa z brokułem 100g (GLU, JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 40g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 50g,
Wartości odżywcze: Energia : 2263.58 kcal; Białko ogółem: 79.74 g; Tłuszcz: 73.80 g; Węglowodany ogółem: 343.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.27 g; sól: 2039.30 mg; suma cukrów prostych: 49.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.31 g;		
wtorek 2026-02-10		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), twarożek waniliowy 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa brokułowa z kluseczkami 300g (GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpet mięsno ryżowy 100g (BIA, GLU, JAJ, SEL), warzywa gotowane 100g (BIA, SEL), ziemniaki 200g (BIA), sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL),	sałatka makaronowa z brokułem 100g (GLU, JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 30g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2254.01 kcal; Białko ogółem: 81.39 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 355.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.22 g; sól: 1980.69 mg; suma cukrów prostych: 57.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g;		
wtorek 2026-02-10		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z budyniem 100g (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani z rzodkiewką 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynkowa 30g (BIA, GLU), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), sałata 20g, papryka 80g, II Śniadanie: Kisiel z tartym jabłkiem 200g,	Zupa brokułowa z kluseczkami 300g (GLU, JAJ, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpet mięsno ryżowy 100g (BIA, GLU, JAJ, SEL), Surówka z kapusty modrej 100g (JAJ, GOR), ziemniaki 200g, Podwieczorek: mandarynka 100g,	sałatka makaronowa z brokułem 100g (GLU, JAJ, GOR), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), polędwica drobiowa 40g (BIA, GLU), herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2321.56 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 59.21 g; Węglowodany ogółem: 392.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.21 g; sól: 2079.83 mg; suma cukrów prostych: 83.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-11		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z ryżem 100ml (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), twarożek z papryka 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, ogórek zielony 20g,	Grochówka 300ml (GLU, SEL, ROŚ), woda mineralna n/ gazowana 200g, makaron z warzywami i kurczakiem 250g (BIA, GLU), sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL),	szynkowa 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g (BIA, RYB), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2152.23 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz: 62.90 g; Węglowodany ogółem: 333.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; sól: 2364.00 mg; suma cukrów prostych: 32.31 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g;		
środa 2026-02-11		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z ryżem 100ml (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), serek grani naturalny 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 30g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, makaron z warzywami i kurczakiem 250g (BIA, GLU), sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL),	szynkowa 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pasta z ryby 40g (BIA, RYB), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2163.08 kcal; Białko ogółem: 85.92 g; Tłuszcz: 58.88 g; Węglowodany ogółem: 341.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.81 g; sól: 2344.24 mg; suma cukrów prostych: 38.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;		
środa 2026-02-11		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z ryżem 100ml (BIA), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), twarożek z papryka 30g (BIA), masło 82% 15g (BIA), szynka wp 30g (BIA, GLU), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g, sałata 20g, II Śniadanie: kiwi 100g,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml (GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g, makaron z warzywami i kurczakiem 250g (BIA, GLU), sos pomidorowy 100ml (GLU, SEL), Podwieczorek: ciastka zbożowe z jagodami 50g (GLU, JAJ),	szynkowa 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 40g (BIA, RYB), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 80g, sałata 20g,
Wartości odżywcze: Energia : 2190.46 kcal; Białko ogółem: 84.69 g; Tłuszcz: 62.71 g; Węglowodany ogółem: 345.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.19 g; sól: 2187.72 mg; suma cukrów prostych: 38.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-12		
Dieta: PODSTAWOWA		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), jajko gotowane 1szt (JAJ), masło 82% 15g (BIA), parówka 40g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , rzodkiewka 20g ,	barszcz biały z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), gulasz wieprzowy 150g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), kapusta modra gotowana 150g ,	szynka wp 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b cukru 250ml , sałata 20g , papryka 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2247.87 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 295.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.83 g; sól: 2437.62 mg; suma cukrów prostych: 31.57 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g;		
czwartek 2026-02-12		
Dieta: ŁATWOSTRAWNA		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), jajko gotowane 1szt (JAJ), masło 82% 15g (BIA), parówka cienka 40g (BIA, GLU), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g ,	barszcz biały z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), gulasz wieprzowy 150g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), warzywa gotowane 100g (BIA, SEL), sos 100g (GLU, SEL),	szynka wp 40g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b /cukru 250ml , sałata 20g , pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2212.29 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz: 88.04 g; Węglowodany ogółem: 294.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.41 g; sól: 2348.31 mg; suma cukrów prostych: 30.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.85 g;		
czwartek 2026-02-12		
Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml (BIA, GLU), kawa zbożowa z mlekiem 200ml (BIA, GLU), jajko gotowane 1szt (JAJ), masło 82% 15g (BIA), parówka 40g (BIA, GLU), pieczywo razowe 120g (GLU, JAJ), pomidor 80g , sałata 20g , II Śniadanie: wafle ryżowe 30g ,	barszcz biały z makaronem 300ml (GLU, JAJ, SEL), gulasz wieprzowy 150g (BIA, GLU, SEL), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU), kapusta modra gotowana 150g , Podwieczorek: jabłko pieczone z cynamonem 150g ,	szynka wp 30g (BIA, GLU), masło 82% 15g (BIA), pieczywo razowe 140g (GLU, JAJ), sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), herbata b/cukru 250ml , sałata 20g , pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2278.14 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 104.48 g; Węglowodany ogółem: 264.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.79 g; sól: 2258.58 mg; suma cukrów prostych: 35.59 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;		

Dietetyk

.....