

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-04</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twarożek z papryka 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , ogórek zielony 40g , szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa fasolowa 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ),	masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b cukru 250ml , polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), rzodkiewka 50g , sałata 20g , pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>RYB, SEL</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2074.82 kcal; Białko ogółem: 74.98 g; Tłuszcz: 88.40 g; Węglowodany ogółem: 266.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.73 g; sól: 1865.99 mg; suma cukrów prostych: 31.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;		
<b>sobota 2026-04-04</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), serek grani naturalny 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , pomidor 50g , szynkowa wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),	masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b cukru 250ml , poledwica drobiowa 30g , pomidor 50g , sałata 20g , pasta z ryby 30g ( <b>RYB</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2094.59 kcal; Białko ogółem: 73.43 g; Tłuszcz: 77.08 g; Węglowodany ogółem: 295.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.51 g; sól: 1678.19 mg; suma cukrów prostych: 53.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.26 g;		
<b>sobota 2026-04-04</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twarożek z papryka 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , ogórek zielony 50g , szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> mandarynka 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> mus owocowy warzywny 100g ,	masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/cukru 250ml , pasta z ryby 30g ( <b>RYB</b> ), rzodkiewka 50g , sałata 20g , polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2082.46 kcal; Białko ogółem: 72.52 g; Tłuszcz: 78.50 g; Węglowodany ogółem: 289.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.84 g; sól: 1641.20 mg; suma cukrów prostych: 52.95 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-05</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kielbasa biała 40g ( <b>GLU, MIE</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 20g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), galareta drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU, MIE, SEL</b> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak duszony 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty modrej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sernik 100g ( <b>BIA, JAJ</b> ),	polędwica sopočka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z szynką 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2325.70 kcal; Białko ogółem: 129.65 g; Tłuszcz: 99.43 g; Węglowodany ogółem: 245.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.73 g; sól: 2542.06 mg; suma cukrów prostych: 51.04 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g;		
<b>niedziela 2026-04-05</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Szynka gotowana 40g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g , parówka cienka 40g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), galareta drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU, MIE, SEL</b> ),	rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), kurczak duszony 100g ( <b>BIA, JAJ, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g , Bukiet warzyw 100g ( <b>GLU, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sernik 100g ( <b>BIA, JAJ</b> ),	masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z szynką 110g ( <b>BIA, GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g , polędwica sopočka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2307.94 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 95.28 g; Węglowodany ogółem: 286.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.80 g; sól: 2467.09 mg; suma cukrów prostych: 53.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g;		
<b>niedziela 2026-04-05</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), Szynka gotowana 40g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g , jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), galareta drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU, MIE, SEL</b> ), <b>II Śniadanie:</b> kaszka manna 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),	rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), kurczak duszony 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty modrej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sernik 100g ( <b>BIA, JAJ</b> ),	polędwica sopočka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z szynką 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 30g , pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2428.76 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 90.90 g; Węglowodany ogółem: 317.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.75 g; sól: 2742.71 mg; suma cukrów prostych: 50.47 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-04-06</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), Szyńka wp 30g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , papryka 50g , pasztet zapiekany 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),	<p>pomidorowa z makaronem 300ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), schab duszony 100g (<b>BIA, GLU</b>), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , surówka z kapusty białej z koperkiem 100g , sos 100ml (<b>GLU, SEL</b>),</p> <p><b>Podwieczorek:</b> babka 100g (<b>GLU, JAJ</b>),</p>	<p>szynka drobiowa 40g (<b>BIA</b>), masło 82% 15g (<b>BIA</b>), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (<b>GLU, JAJ</b>), sałatka jarzynowa 100g (<b>JAJ, SEL, GOR</b>), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2385.25 kcal; Białko ogółem: 107.99 g; Tłuszcz: 100.63 g; Węglowodany ogółem: 280.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.89 g; sól: 1608.94 mg; suma cukrów prostych: 59.40 g; Błonnik pokarmowy: 19.67 g;</p>		
<b>poniedziałek 2026-04-06</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasztet drobiowy 50g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,	<p>pomidorowa z makaronem 300ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), schab duszony 100g (<b>BIA, GLU</b>), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , warzywa gotowane 100g (<b>ROŚ</b>), sos 100ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> babka 100g (<b>GLU, JAJ</b>),</p>	<p>szynka drobiowa 40g (<b>BIA</b>), masło 82% 15g (<b>BIA</b>), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g (<b>GLU, JAJ</b>), sałatka jarzynowa 100g (<b>JAJ, SEL, GOR</b>), pomidor 80g , sałata 20g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2351.75 kcal; Białko ogółem: 108.28 g; Tłuszcz: 101.62 g; Węglowodany ogółem: 270.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.54 g; sól: 1649.61 mg; suma cukrów prostych: 59.93 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;</p>		
<b>poniedziałek 2026-04-06</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 50g , pomidor 30g , pasztet 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>II Śniadanie:</b> jabłko pieczone z cynamonem 150g ,	<p>pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (<b>GLU, JAJ, SEL</b>), szynka duszona 100g (<b>BIA, GLU</b>), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , surówka z kapusty białej z koperkiem 100g , sos 100ml ,</p> <p><b>Podwieczorek:</b> babka 100g (<b>GLU, JAJ</b>),</p>	<p>szynka drobiowa 40g (<b>BIA</b>), masło 82% 15g (<b>BIA</b>), pieczywo razowe 140g (<b>GLU, JAJ</b>), sałatka jarzynowa 100g (<b>JAJ, SEL, GOR</b>), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 30g , pomidor 50g ,</p>
<p><b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2499.30 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 93.15 g; Węglowodany ogółem: 344.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.67 g; sól: 2030.43 mg; suma cukrów prostych: 85.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;</p>		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-07</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta twarogowo paprykowa 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 40g , sałata 20g ,	Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), racuchy z jabłkiem i jogurtem 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,	pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Szyńka wp 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , ogórek zielony 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2121.66 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz: 71.92 g; Węglowodany ogółem: 312.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.96 g; sól: 1835.75 mg; suma cukrów prostych: 62.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g;		
<b>wtorek 2026-04-07</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta twarogowo-pomidorowa 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,	barszcz czerwony z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ryż z jabłkami 200g , woda mineralna n/ gazowana 200g , sos waniliowy 100ml ( <b>BIA</b> ),	pasta z ryby 45g ( <b>BIA, RYB</b> ), Szyńka gotowana 30g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b cukru 200ml , pomidor 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.87 kcal; Białko ogółem: 64.04 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 304.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.08 g; sól: 1466.60 mg; suma cukrów prostych: 96.10 g; Błonnik pokarmowy: 17.26 g;		
<b>wtorek 2026-04-07</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta twarogowo-paprykowa 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g , <b>II Śniadanie:</b> sałatka z pomidora i ogórka i sałaty z sosem vinegret 150g ,	barszcz czerwony z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ryż na sypko 150g , woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ), jabłko parowane 100g , <b>Podwieczorek:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),	Szyńka wp 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2274.81 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 371.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; sól: 1368.06 mg; suma cukrów prostych: 87.54 g; Błonnik pokarmowy: 19.92 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-08</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), serek grani z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), Parówka cienka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g, pomidor 40g,	Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, kotlet mielony panierowany 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), surówka z kapusty białej 100g ( <b>ROŚ</b> ), ziemniaki 250g ( <b>BIA</b> ),	ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta drobiowo brokułowa 30g ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 40g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2385.69 kcal; Białko ogółem: 79.40 g; Tłuszcz: 104.45 g; Węglowodany ogółem: 307.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.85 g; sól: 1926.63 mg; suma cukrów prostych: 31.34 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;		
<b>środa 2026-04-08</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), framage waniliowe 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), Parówka cienka drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pulpet mięsno ryżowy 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), fasolka szparagowa 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), sos pomidorowy 100ml,	ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta drobiowo brokułowa 30g ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2314.25 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 91.09 g; Węglowodany ogółem: 317.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.17 g; sól: 1931.07 mg; suma cukrów prostych: 31.36 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;		
<b>środa 2026-04-08</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), serek grani z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g, pomidor 30g, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z tartym jabłkiem 100g,	Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, Pulpet miesno ryżowy 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), fasolka szparagowa 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), ziemniaki 200g, sos pomidorowy 100ml, <b>Podwieczorek:</b> mandarynka 100g,	ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta drobiowo brokułowa 30g ( <b>BIA, SEL</b> ), herbata b/cukru 250ml, rzodkiewka 30g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2479.14 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 79.94 g; Węglowodany ogółem: 385.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.09 g; sól: 2300.45 mg; suma cukrów prostych: 52.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-09</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g, sałata 20g,	Zupa krupnik z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, mizeria 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),	połędwica sopočka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokułem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b cukru 250ml, papryka 30g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2200.98 kcal; Białko ogółem: 74.16 g; Tłuszcz: 65.68 g; Węglowodany ogółem: 350.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.48 g; sól: 2561.53 mg; suma cukrów prostych: 29.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;		
<b>czwartek 2026-04-09</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g,	sos 100ml, Krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU,</b> <b>SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, marchew gotowana 100g ( <b>BIA</b> ),	połędwica sopočka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokułem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2182.07 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 58.19 g; Węglowodany ogółem: 365.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.74 g; sól: 2936.74 mg; suma cukrów prostych: 36.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.40 g;		
<b>czwartek 2026-04-09</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> mus warzywno owocowy 100g,	Zupa krupnik z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, mizeria 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> kiwi 100g,	połędwica sopočka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU,</b> <b>JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokułem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2301.02 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz: 66.95 g; Węglowodany ogółem: 370.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.89 g; sól: 3163.21 mg; suma cukrów prostych: 31.02 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-10</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasta z jaj 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 40g, sałata 20g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Śledź w sosie tatarskim 150g ( <b>BIA, RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g,	pasta z warzyw z koperkiem 30g, masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2079.00 kcal; Białko ogółem: 68.71 g; Tłuszcz: 72.00 g; Węglowodany ogółem: 307.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.49 g; sól: 2377.89 mg; suma cukrów prostych: 36.16 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g;		
<b>piątek 2026-04-10</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek grani naturalny 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasta z jaj 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g,	ryżanka z warzywami 300ml ( <b>BIA, GLU, SEL, ROŚ</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ),	pasta z warzyw z koperkiem 30g ( <b>BIA, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 200ml, pomidor 80g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2025.55 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 64.97 g; Węglowodany ogółem: 303.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.29 g; sól: 2023.02 mg; suma cukrów prostych: 27.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;		
<b>piątek 2026-04-10</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), serek grani z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasta z jaj 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 50g, pomidor 20g, <b>II Śniadanie:</b> wafle ryżowe 30g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ), <b>Podwieczorek:</b> mus jogurtowy z owocami 100g ( <b>BIA</b> ),	pasta z warzyw z koperkiem 30g ( <b>BIA, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2209.54 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 64.68 g; Węglowodany ogółem: 344.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.23 g; sól: 2484.03 mg; suma cukrów prostych: 41.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-11</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z serem i jogurtem. 250g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	pastą z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>RYB, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2079.05 kcal; Białko ogółem: 77.26 g; Tłuszcz: 51.67 g; Węglowodany ogółem: 342.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.06 g; sól: 2335.70 mg; suma cukrów prostych: 35.21 g; Błonnik pokarmowy: 20.29 g;		
<b>sobota 2026-04-11</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg z koperkiem 40g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z serem i jogurtem. 250g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),	pastą z ryby ze szczypiorkiem 40g ( <b>RYB, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2114.38 kcal; Białko ogółem: 75.50 g; Tłuszcz: 55.54 g; Węglowodany ogółem: 344.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.79 g; sól: 2718.04 mg; suma cukrów prostych: 35.83 g; Błonnik pokarmowy: 20.86 g;		
<b>sobota 2026-04-11</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 20g, pomidor 50g, <b>II Śniadanie:</b> budyń bez soku 100ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z serem i jogurtem . 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), <b>Podwieczorek:</b> sałatkaze strączków z jajem ,szczypiorkiem i sosem winegret 100g ( <b>DWU, GOR</b> ),	polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby 30g ( <b>RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2321.92 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 72.60 g; Węglowodany ogółem: 330.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.94 g; sól: 2509.73 mg; suma cukrów prostych: 46.08 g; Błonnik pokarmowy: 19.80 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-12</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek z papryką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,	zupa rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), surówka z kapusty pekińskiej 100g ( <b>DWU</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),	szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2262.64 kcal; Białko ogółem: 84.00 g; Tłuszcz: 78.78 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.89 g; sól: 2585.28 mg; suma cukrów prostych: 37.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;		
<b>niedziela 2026-04-12</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), serek grani naturalny 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,	Rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), fasolka szparagowa 100g ( <b>ROŚ</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ,	szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2231.60 kcal; Białko ogółem: 91.12 g; Tłuszcz: 80.44 g; Węglowodany ogółem: 309.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.97 g; sól: 2512.45 mg; suma cukrów prostych: 30.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g;		
<b>niedziela 2026-04-12</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek z papryką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , papryka 20g , <b>II Śniadanie:</b> jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ),	Zupa rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), surówka z kapusty pekińskiej 120g , ziemniaki 200g , sos 100ml , <b>Podwieczorek:</b> sok pomidorowy 100g ,	szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 40g , sałata 20g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2371.84 kcal; Białko ogółem: 93.95 g; Tłuszcz: 80.71 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.90 g; sól: 2453.86 mg; suma cukrów prostych: 61.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;		

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: szpital Szubin/Nakło		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-04-13</b>		
<b>Dieta: PODSTAWOWA</b>		
zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twarożek waniliowy 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g,	Zupa parzycha z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z warzywami 200g ( <b>GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),	sałatka ryżowa z brokułem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2157.64 kcal; Białko ogółem: 75.85 g; Tłuszcz: 57.02 g; Węglowodany ogółem: 355.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; sól: 2341.26 mg; suma cukrów prostych: 44.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;		
<b>poniedziałek 2026-04-13</b>		
<b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>		
zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twarożek waniliowy 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z warzywami 200g ( <b>GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),	sałatka ryżowa z brokułem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2168.67 kcal; Białko ogółem: 68.92 g; Tłuszcz: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 383.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.65 g; sól: 2515.62 mg; suma cukrów prostych: 46.05 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g;		
<b>poniedziałek 2026-04-13</b>		
<b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>		
zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynkowa regionalna 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twarożek z papryka 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g, sałata 20g, <b>II Śniadanie:</b> Kisiel z tartym jabłkiem 200g,	Zupa parzycha z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z warzywami 200g ( <b>BIA, GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> kiwi 100g,	sałatka ryżowa z brokułem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2228.72 kcal; Białko ogółem: 62.85 g; Tłuszcz: 58.72 g; Węglowodany ogółem: 383.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.59 g; sól: 2101.93 mg; suma cukrów prostych: 70.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.78 g;		

Dietetyk

.....