

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                            |
| <b>poniedziałek 2026-07-13</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                     |
| zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                        | Krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z jabłkiem i jogurtem 300g ( <b>BIA</b> ),                                        | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata z cukrem 200ml, pasztet drobiowy 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), rzodkiewka 20g, ogórek kiszony 50g, szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2165.21 kcal; Białko ogółem: 64.37 g; Tłuszcz: 75.06 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.94 g; sól: 2698.77 mg; suma cukrów prostych: 40.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>poniedziałek 2026-07-13</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                     |
| zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg solony 30g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                                                     | Krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z jabłkiem i jogurtem 300g ( <b>BIA</b> ),                                        | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/cukru 200ml, pasztet drobiowy 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pomidor 50g, sałata 20g, szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2153.08 kcal; Białko ogółem: 64.42 g; Tłuszcz: 73.65 g; Węglowodany ogółem: 330.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.93 g; sól: 2376.63 mg; suma cukrów prostych: 40.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>poniedziałek 2026-07-13</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> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g ( <b>JAJ, GOR</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g, pomidor 80g, polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 100g, | Krupnik z kaszy jęczmiennej 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, pierogi z jabłkiem i jogurtem 300g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>arbuz 100g, | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/cukru 200ml, pasztet drobiowy 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), rzodkiewka 20g, szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2272.84 kcal; Białko ogółem: 70.24 g; Tłuszcz: 71.57 g; Węglowodany ogółem: 355.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.63 g; sól: 2540.72 mg; suma cukrów prostych: 58.18 g; Błonnik pokarmowy: 21.22 g;                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                     |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                    |
| wtorek 2026-07-14                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,<br>twaróg ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA</b> ),                                     | ryżanka z warzywami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Filet z kurczaka panierowany 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g ,<br>Surówka z kapusty modrej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),                                                                         | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ),<br>herbata b/cukru 250ml ,<br>papryka 20g , ogórek zielony 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2041.71 kcal; Białko ogółem: 76.48 g; Tłuszcz: 53.02 g; Węglowodany ogółem: 336.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.29 g; sól: 2462.63 mg; suma cukrów prostych: 28.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2026-07-14                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>Szynka gotowana 30g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>twaróg z koperkiem 30g ( <b>BIA</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 80g , sałata 20g ,                                       | ryżanka z warzywami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),<br>woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g ,<br>Bukiet warzyw 100g ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>sos 100ml ( <b>GLU</b> ),                                                                          | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>sałatka ryżowa 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br>herbata b/cukru 250ml ,<br>pomidor 50g , sałata 20g ,<br>połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),              |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2025.88 kcal; Białko ogółem: 82.90 g; Tłuszcz: 47.13 g; Węglowodany ogółem: 340.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.32 g; sól: 2535.97 mg; suma cukrów prostych: 24.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.38 g;                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2026-07-14                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>twaróg ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>Szynka gotowana 30g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),<br>pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , sałata 20g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sok pomidorowy 100ml , | ryżanka z warzywami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),<br>woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g ,<br>Surówka z kapusty modrej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br>sos 100ml ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>jabłko pieczone z cynamonem 150g , | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ),<br>herbata b/cukru 250ml ,<br>papryka 20g ,<br>ogórek zielony 50g ,               |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2128.52 kcal; Białko ogółem: 84.21 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 321.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.79 g; sól: 2609.67 mg; suma cukrów prostych: 33.51 g; Błonnik pokarmowy: 29.11 g;                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                             |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: Szpital Żnin                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-07-15 Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twarożek z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , papryka 20g ,                                                                      | Zupa brokułowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), jajka sadzone 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , sos musztardowy 100ml ( <b>GLU, DWU, GOR</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), mizeria 100g ( <b>BIA</b> ), | szynka wp 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta twarogowo-pomidorowa 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 30g , ogórek zielony 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2467.72 kcal; Białko ogółem: 101.59 g; Tłuszcz: 88.68 g; Węglowodany ogółem: 376.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.06 g; sól: 6907.97 mg; suma cukrów prostych: 82.19 g; Błonnik pokarmowy: 63.55 g;                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
| środa 2026-07-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser grani naturalny 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica sopocka 50g ( <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> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraczki 100g ,                                | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta twarogowo-pomidorowa 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 200ml , pomidor 30g , sałata 20g ,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2086.12 kcal; Białko ogółem: 84.28 g; Tłuszcz: 61.26 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.44 g; sól: 2458.34 mg; suma cukrów prostych: 46.66 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g;                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
| środa 2026-07-15 Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml ( <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> ), polędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 100g , | Zupa brokułowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , sok pomidorowy 100ml , mizeria 100g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>kiwi 100g ,   | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/c 200ml , pomidor 50g , ogórek 30g , pasta twarogowo-pomidorowa 30g ( <b>BIA</b> ),             |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2152.99 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz: 67.28 g; Węglowodany ogółem: 327.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.64 g; sól: 2347.55 mg; suma cukrów prostych: 61.69 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                       |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                               |
| czwartek 2026-07-16                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , ogórek zielony 50g ,                                                 | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Roladka drobiowa z warzywami 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 150g , surówka z kapusty białej z porą 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                        | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , papryka 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2131.34 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 64.97 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.53 g; sól: 6116.68 mg; suma cukrów prostych: 26.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| czwartek 2026-07-16                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg waniliowy 150g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,                                                | woda mineralna n/ gazowana 200g , Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), ryż na sypko 150g , fasolka szparagowa 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), Roladka drobiowa z warzywami 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</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 ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2102.76 kcal; Białko ogółem: 102.00 g; Tłuszcz: 63.12 g; Węglowodany ogółem: 301.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.59 g; sól: 5899.60 mg; suma cukrów prostych: 27.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g;                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| czwartek 2026-07-16                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , ogórek zielony 80g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ), | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Roladka drobiowa z warzywami 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 150g , surówka z kapusty białej z porą 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>kiwi 100g , | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,                   |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2166.37 kcal; Białko ogółem: 102.90 g; Tłuszcz: 68.12 g; Węglowodany ogółem: 305.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.68 g; sól: 6040.56 mg; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                        |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                           | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                |
| piątek 2026-07-17 Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), twarożek z papryką 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,                         | Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), burgery rybne 100g ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , surówka z kapusty kiszzonej 100g ,                                        | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 20g , pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA</b> , <b>JAJ</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2047.15 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 77.35 g; Węglowodany ogółem: 275.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.44 g; sól: 2125.77 mg; suma cukrów prostych: 34.41 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g;                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| piątek 2026-07-17 Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), dżem 30g , pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,                                                                                  | Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ),                                                        | pasta z jaj 50g ( <b>BIA</b> , <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser topiony 30g , herbata b cukru 200ml , pomidor 50g , sałata 20g ,                                      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2058.49 kcal; Białko ogółem: 84.38 g; Tłuszcz: 53.03 g; Węglowodany ogółem: 332.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.83 g; sól: 2119.55 mg; suma cukrów prostych: 48.91 g; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| piątek 2026-07-17 Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA</b> , <b>GLU</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), rzodkiewka 20g , papryka 20g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>arbuz 100g , | Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ), Ryba gotowana 100g ( <b>RYB</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , sos grecki 100g ( <b>SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , | pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA</b> , <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2157.01 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 75.19 g; Węglowodany ogółem: 300.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.60 g; sól: 2034.95 mg; suma cukrów prostych: 31.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                         |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                    | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                             |
| <b>sobota 2026-07-18</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| zupa mleczna z ryżem 300ml ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g , pomidor 50g , | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi leniwe 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ),                                           | ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 30g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), herbata b cukru 200ml , pomidor 50g , papryka 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2150.72 kcal; Białko ogółem: 78.28 g; Tłuszcz: 67.01 g; Węglowodany ogółem: 329.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.00 g; sól: 1649.70 mg; suma cukrów prostych: 44.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g;                                                                            |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>sobota 2026-07-18</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z ryby 45g ( <b>BIA, RYB</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser biały w kostce 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno-żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g , pomidor 50g ,                                                                      | jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ), Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi leniwe 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                           | ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b cukru 200ml , pomidor 50g , sałata 20g , pasta ze strączków z twarogiem 30g ( <b>BIA, ROŚ</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2353.14 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 67.00 g; Węglowodany ogółem: 376.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.74 g; sól: 2759.67 mg; suma cukrów prostych: 34.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g;                                                                            |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>sobota 2026-07-18</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g , pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sok pomidorowy 100g ,            | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi leniwe z 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jogurt naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>arbuz 100g , | ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta ze strączków z twarogiem 30g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), herbata b cukru 200ml , pomidor 50g , papryka 20g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2313.18 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.96 g; sól: 2742.95 mg; suma cukrów prostych: 36.36 g; Błonnik pokarmowy: 39.08 g;                                                                            |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                      |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                              | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                             |
| niedziela 2026-07-19                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>parówka cienka 40g ( <b>GLU, MIĘ</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie<br>140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony<br>20g , ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),               | Rosół z makaronem 300ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ),<br>kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda<br>mineralna n/ gazowana 200g , marchewka z<br>groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),                                                       | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło<br>82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno<br>żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa<br>100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml<br>, papryka 50g , pomidor 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2037.41 kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 328.37 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 24.36 g; sól: 2546.98 mg; suma cukrów prostych: 40.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2026-07-19                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 30g<br>( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie<br>140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,<br>ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),                       | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak<br>gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna<br>n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), marchew<br>gotowana 100g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ,                                                                                               | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane<br>pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka<br>jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata<br>b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,<br>połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2055.60 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 62.14 g; Węglowodany ogółem: 320.57 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 26.48 g; sól: 2634.69 mg; suma cukrów prostych: 42.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2026-07-19                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 80g , sałata 20g , ser biały w kostce<br>30g ( <b>BIA</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>kiwi 100g , | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak<br>gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna<br>n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),<br>marchewka z groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos<br>100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>jabłko pieczone z cynamonem 150g , | połędwica sopocka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło<br>82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 30g ,<br>pomidor 50g ,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2132.23 kcal; Białko ogółem: 74.48 g; Tłuszcz: 65.17 g; Węglowodany ogółem: 338.17 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 28.06 g; sól: 2609.34 mg; suma cukrów prostych: 50.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                      |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                      | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                     |
| <b>poniedziałek 2026-07-20</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), polędwica drobiow 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z papryka 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , rzodkiewka 20g ,              | Zupa fasolowa 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , naleśniki z serem i jogurtem 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ),                                           | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 45g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2220.00 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 87.86 g; Węglowodany ogółem: 300.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.48 g; sól: 2075.60 mg; suma cukrów prostych: 34.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.42 g;                                                                               |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>poniedziałek 2026-07-20</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg owocowy 30g ( <b>BIA, SEL</b> ), pomidor /sałata 100g , pieczywo mieszane pszenno-żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),         | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), ryż na sypko 150g , woda mineralna n/ gazowana 200g , sos waniliowy 100ml ( <b>BIA</b> ), jabłko prażone 100g ,               | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2189.27 kcal; Białko ogółem: 72.47 g; Tłuszcz: 50.91 g; Węglowodany ogółem: 396.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.80 g; sól: 2776.08 mg; suma cukrów prostych: 91.28 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g;                                                                               |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>poniedziałek 2026-07-20</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> ), szynkowa 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z papryka 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 100g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ), | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ryż na sypko 150g , jabłko parowane 150g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sok pomidorowy 150g , | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</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 : 2241.06 kcal; Białko ogółem: 73.69 g; Tłuszcz: 56.25 g; Węglowodany ogółem: 404.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.12 g; sól: 2870.30 mg; suma cukrów prostych: 61.32 g; Błonnik pokarmowy: 48.43 g;                                                                               |                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                              |

Dietetyk

.....



## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                           | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                         |
| wtorek 2026-07-21                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , arbuż 100g ,                                    | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ),                                                        | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),<br>herbata b cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2009.98 kcal; Białko ogółem: 68.91 g; Tłuszcz: 61.68 g; Węglowodany ogółem: 315.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.20 g; sól: 2669.32 mg; suma cukrów prostych: 39.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| wtorek 2026-07-21                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , arbuż 100g ,                             | Zupa marchwianka z lanymi kluseczkami 300g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), Gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ), sos 100g ( <b>GLU, SEL</b> ),               | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),<br>herbata b /cukru 250ml , pomidor 100g ,                    |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2086.97 kcal; Białko ogółem: 71.20 g; Tłuszcz: 60.27 g; Węglowodany ogółem: 339.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.87 g; sól: 2364.90 mg; suma cukrów prostych: 41.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g;                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| wtorek 2026-07-21                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , arbuż 100g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>budyń 100ml ( <b>BIA</b> ), | Zupa ogórkowa z ziemniakami 500ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br>Gulasz drobiowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , | szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 20g , pomidor 50g ,                     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2143.81 kcal; Białko ogółem: 80.86 g; Tłuszcz: 78.96 g; Węglowodany ogółem: 295.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.73 g; sól: 2757.27 mg; suma cukrów prostych: 47.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                      |
| środa 2026-07-22 Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z rzodkiewką 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                                         | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, fasolka po bretońsku 200g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL, DWU, ROŚ</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),                                   | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata z cukrem 200ml, ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), rzodkiewka 20g, ogórek zielony 50g, szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2613.39 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 88.59 g; Węglowodany ogółem: 418.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.27 g; sól: 3656.84 mg; suma cukrów prostych: 77.05 g; Błonnik pokarmowy: 71.79 g;                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |
| środa 2026-07-22 Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg solony 30g, pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g, pomidor 50g, polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                                                                      | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, kaszotto z warzywami 200g ( <b>GLU, ROŚ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                       | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/cukru 200ml, pasta z jaj 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g, szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2091.62 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 61.61 g; Węglowodany ogółem: 337.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.71 g; sól: 2642.76 mg; suma cukrów prostych: 31.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.73 g;                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |
| środa 2026-07-22 Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |
| zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g ( <b>JAJ, GOR</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 20g, pomidor 80g, polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>kasza manna na mleku 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), | Zupa szpinakowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, kaszotto z warzywami 200g ( <b>GLU, ROŚ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus warzywno owocowy 100g, | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/cukru 200ml, pasta z jaj ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g, rzodkiewka 20g, szynkowa wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2192.43 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 69.62 g; Węglowodany ogółem: 332.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.30 g; sól: 2565.21 mg; suma cukrów prostych: 35.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.80 g;                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                               |

Dietetyk

.....