

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>niedziela 2026-08-02</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), papryka 50g, sałata 50g,                           | Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak duszony 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), surówka z kapusty białej z porą 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                      | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, ogórek zielony 20g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2128.76 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 72.31 g; Węglowodany ogółem: 306.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g; sól: 2779.04 mg; suma cukrów prostych: 28.90 g; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>niedziela 2026-08-02</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), papryka 50g, sałata 50g,                           | Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak duszony 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), warzywa gotowane 100g ( <b>BIA, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                     | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, ogórek zielony 20g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2076.72 kcal; Białko ogółem: 83.97 g; Tłuszcz: 72.80 g; Węglowodany ogółem: 296.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.36 g; sól: 2742.46 mg; suma cukrów prostych: 30.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g;                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>niedziela 2026-08-02</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałata 20g, pomidor 40g, <b>II Śniadanie:</b> sok pomidorowy 100ml, | Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak duszony 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g, surówka z kapusty białej z porą 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 20g, pomidor 50g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2296.39 kcal; Białko ogółem: 85.43 g; Tłuszcz: 80.15 g; Węglowodany ogółem: 331.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.80 g; sól: 2627.99 mg; suma cukrów prostych: 23.56 g; Błonnik pokarmowy: 21.99 g;                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                              |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                       |
| <b>poniedziałek 2026-08-03</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |
| zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasztet drobiowy 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,                                 | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), racuchy z jabłkiem 200g ( <b>BIA, GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,                                                          | ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wieprzowa 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 30g , sałata 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2100.27 kcal; Białko ogółem: 70.64 g; Tłuszcz: 70.47 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.60 g; sól: 1889.81 mg; suma cukrów prostych: 54.81 g; Błonnik pokarmowy: 19.45 g;                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>poniedziałek 2026-08-03</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |
| zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasztet drobiowy 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,                                 | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 150g , woda mineralna n/ gazowana 200g , jabłko prażone 100g , sos waniliowy 100ml ( <b>BIA</b> ),                         | ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wieprzowa 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 30g , sałata 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2020.20 kcal; Białko ogółem: 65.29 g; Tłuszcz: 50.50 g; Węglowodany ogółem: 341.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.82 g; sól: 2218.50 mg; suma cukrów prostych: 77.31 g; Błonnik pokarmowy: 19.46 g;                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |
| <b>poniedziałek 2026-08-03</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |
| zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasztet drobiowy 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>arbuz 100g , | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), ryż na sypko 150g , woda mineralna n/ gazowana 200g , jabłko parowane 100g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 100g , | ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wieprzowa 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 30g , sałata 20g ,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2075.11 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz: 49.22 g; Węglowodany ogółem: 360.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.84 g; sól: 2294.52 mg; suma cukrów prostych: 78.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.83 g;                                                                                    |                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                     | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                               |
| wtorek 2026-08-04      Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 30g, sałata 50g, kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),                                    | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), Filet z kurczaka panierowany 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraczki 100g,                                                                        | szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokulem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, ogórek zielony 20g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2116.02 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 346.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.09 g; sól: 2813.68 mg; suma cukrów prostych: 39.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| wtorek 2026-08-04      Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g,                                 | Zupa pomidorowa z ryżem 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), filet gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraczki 100g, sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                            | szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokulem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), pomidor 50g, sałata 20g,                                |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2030.54 kcal; Białko ogółem: 82.13 g; Tłuszcz: 57.48 g; Węglowodany ogółem: 317.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.88 g; sól: 2791.47 mg; suma cukrów prostych: 31.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| wtorek 2026-08-04      Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 50g, pomidor 30g, <b>II Śniadanie:</b> mus owocowy 100g, | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), filet gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraczki 100g, sos 100ml ( <b>GLU</b> ), <b>Podwieczorek:</b> jabłko pieczone z cynamonem 150g, | szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokulem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, ogórek zielony 30g, pomidor 50g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2248.13 kcal; Białko ogółem: 85.25 g; Tłuszcz: 58.75 g; Węglowodany ogółem: 369.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.38 g; sól: 2902.88 mg; suma cukrów prostych: 62.91 g; Błonnik pokarmowy: 28.83 g;                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                      | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                              |
| środa 2026-08-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), dżem 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 20g ,                                                  | Grochówka 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),                                                                                                                                       | szynkowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 50g , pomidor 30g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2322.65 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 87.78 g; Węglowodany ogółem: 322.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.27 g; sól: 2174.48 mg; suma cukrów prostych: 44.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| środa 2026-08-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), dżem 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,                                                          | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),                                                                                                                    | szynkowa 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 : 2246.57 kcal; Białko ogółem: 75.56 g; Tłuszcz: 78.47 g; Węglowodany ogółem: 327.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.42 g; sól: 2891.27 mg; suma cukrów prostych: 44.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g;                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| środa 2026-08-05                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), dżem 20g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 30g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>kaszka manna 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Makaron z sosem bolońskim 300g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), sos cytrynowy 100ml ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), | szynkowa 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 , papryka 50g , pomidor 30g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2349.09 kcal; Białko ogółem: 71.50 g; Tłuszcz: 89.27 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.31 g; sól: 2090.67 mg; suma cukrów prostych: 57.06 g; Błonnik pokarmowy: 15.41 g;                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                       |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>czwartek 2026-08-06</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 30g , papryka 80g ,                                                 | Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,<br>pulpet z marchewką 100g ( <b>BIA, JAJ</b> ), fasolka<br>szparagowa 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), ziemniaki 250g<br>( <b>BIA</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                      | sałatka ryżowa z brokulem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane<br>pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica<br>drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru<br>250ml , rzodkiewka 80g , pomidor 30g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2225.71 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 73.93 g; Węglowodany ogółem: 331.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.59 g; sól: 2399.18 mg; suma cukrów prostych: 32.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>czwartek 2026-08-06</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>twarożek waniliowy 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , sałata 20g ,                                               | Zupa kalafiorowa z kaszką manną 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,<br>pulpet z marchewką 100g ( <b>BIA, JAJ</b> ), fasolka<br>szparagowa 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), ziemniaki 200g<br>( <b>BIA</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                      | sałatka ryżowa z brokulem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane<br>pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica<br>drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru<br>250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2130.76 kcal; Białko ogółem: 80.08 g; Tłuszcz: 63.98 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.29 g; sól: 2237.95 mg; suma cukrów prostych: 34.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>czwartek 2026-08-06</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser<br>biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 30g ,<br>papryka 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jabłko pieczone z cynamonem 150g , | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , pulpety z<br>marchewką 100g ( <b>BIA, JAJ</b> ), fasolka szparagowa<br>100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), ziemniaki 200g , sos 100ml<br>( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>arbuz 100g , | sałatka ryżowa z brokulem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g<br>( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>herbata b/cukru 250ml , rzodkiewka 20g ,<br>pomidor 50g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2270.32 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 58.35 g; Węglowodany ogółem: 381.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; sól: 2566.74 mg; suma cukrów prostych: 41.71 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g;                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                             |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                   | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                           |
| piątek 2026-08-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), rzodkiewka 40g , pomidor 30g ,                                               | ryżanka z warzywami 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> ),                                                            | dżem 30g ( <b>BIA</b> , <b>ROŚ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 30g ,  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2124.48 kcal; Białko ogółem: 89.94 g; Tłuszcz: 63.39 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.32 g; sól: 2339.66 mg; suma cukrów prostych: 28.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.14 g;                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
| piątek 2026-08-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), pomidor 30g , sałata 20g ,                                          | ryżanka z warzywami 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> ),                                                            | dżem 30g ( <b>BIA</b> , <b>ROŚ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2123.83 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 61.10 g; Węglowodany ogółem: 322.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.95 g; sól: 2200.74 mg; suma cukrów prostych: 30.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.91 g;                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
| piątek 2026-08-07                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |
| 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> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), rzodkiewka 40g , pomidor 30g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>mus owocowy 100g , | ryżanka z warzywami 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>Kisiel z tartym jabłkiem 100g , | ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU</b> , <b>JAJ</b> ), ser topiony 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 30g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2198.13 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 63.45 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.52 g; sól: 2169.52 mg; suma cukrów prostych: 68.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                    |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>sobota 2026-08-08</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ),<br>masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , sałata 20g ,                                                                                            | Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kaszotto z warzywami 200g ( <b>GLU, ROŚ</b> ), budyń 100ml ( <b>BIA</b> ),<br>sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                  | sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml , rzodkiewka 20g , ogórek zielony 40g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2030.37 kcal; Białko ogółem: 74.53 g; Tłuszcz: 46.95 g; Węglowodany ogółem: 353.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.40 g; sól: 2322.00 mg; suma cukrów prostych: 58.17 g; Błonnik pokarmowy: 30.29 g;                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>sobota 2026-08-08</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pasta z ryby 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , sałata 20g ,                                                                                                                | barszcz czerwony z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL, DWU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g ,<br>kaszotto z warzywami 200g ( <b>GLU, ROŚ</b> ),                                                             | sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , sałata 20g ,            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2015.12 kcal; Białko ogółem: 69.60 g; Tłuszcz: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 345.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.61 g; sól: 7949.39 mg; suma cukrów prostych: 60.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g;                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>sobota 2026-08-08</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> ),<br>pasta z ryby ze szczypiorkiem 30g ( <b>BIA, RYB</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), rzodkiewka 20g , pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>budyń 100ml ( <b>BIA</b> ), | Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kaszotto z warzywami 200g ( <b>GLU, ROŚ</b> ),<br>sos 100ml ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>sok pomidorowy 100ml , | polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),<br>herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g ,<br>ogórek zielony 30g ,                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2159.95 kcal; Białko ogółem: 76.39 g; Tłuszcz: 53.51 g; Węglowodany ogółem: 370.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.67 g; sól: 2495.81 mg; suma cukrów prostych: 60.29 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                              |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                             |
| niedziela 2026-08-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 40g ( <b>GLU, MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, ogórek zielony 20g, ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),                                                                                  | Rosół z makaronem 300ml ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), marchewka z groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                             | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, sałata 20g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2037.23 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 56.69 g; Węglowodany ogółem: 328.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.36 g; sól: 2546.26 mg; suma cukrów prostych: 40.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g;                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2026-08-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, sałata 20g, ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),                                                                                          | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), marchew gotowana 100g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml,                                                                      | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g, 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. nasycone ogółem: 26.48 g; sól: 2634.69 mg; suma cukrów prostych: 42.03 g; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| niedziela 2026-08-09                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |
| zupa mleczna z budyniem 300g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, ser biały w kostce 30g ( <b>BIA</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>jabłko pieczone z cynamonem 150g, | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), marchewka z groszkiem 100g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>arbuz 100g, | połędwica sopocka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 30g, pomidor 50g,                 |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2109.52 kcal; Białko ogółem: 73.93 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.28 g; sól: 2209.29 mg; suma cukrów prostych: 85.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.13 g;                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                      |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                              | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                      |
| <b>poniedziałek 2026-08-10</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, papryka 20g,                                                                | Zupa krupnik z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi z mięsem 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, Bukiet warzyw 100g ( <b>GLU, SEL</b> ),                                                                      | szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasztet 40g, herbata b/cukru 200ml, ogórek zielony 20g, papryka 30g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2145.98 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 98.44 g; Węglowodany ogółem: 257.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.53 g; sól: 1931.14 mg; suma cukrów prostych: 24.61 g; Błonnik pokarmowy: 20.23 g;                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
| <b>poniedziałek 2026-08-10</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g,                                                                        | Zupa krupnik z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi z mięsem 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, dynia gotowana 100g ( <b>BIA</b> ),                                                                          | szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasztet 30g, herbata b/cukru 250ml, pomidor 50g, sałata 20g,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2135.41 kcal; Białko ogółem: 82.56 g; Tłuszcz: 105.26 g; Węglowodany ogółem: 231.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.31 g; sól: 2081.12 mg; suma cukrów prostych: 26.33 g; Błonnik pokarmowy: 16.98 g;                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
| <b>poniedziałek 2026-08-10</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, papryka 100g,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ), | Zupa krupnik z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), pierogi z mięsem 200g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, bukiet warzyw 100g ( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Ryż z sosem owocowym 100g ( <b>BIA</b> ), | szynka drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasztet 30g, herbata b/c 250ml, pomidor 30g, ogórek zielony 30g,     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2004.95 kcal; Białko ogółem: 77.75 g; Tłuszcz: 80.96 g; Węglowodany ogółem: 261.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.68 g; sól: 2022.58 mg; suma cukrów prostych: 31.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                               |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                  | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                         | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                       |
| <b>wtorek 2026-08-11</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g , pomidor 30g ,                                       | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU</b> ), surówka z kapusty białej z porą 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ),        | połędwica sopocka 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , papryka 30g , pomidor 30g ,          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2118.55 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 75.37 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.05 g; sól: 2509.18 mg; suma cukrów prostych: 23.21 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g;                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>wtorek 2026-08-11</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 40g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , sałata 20g ,                                                    | sos 100ml , Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU</b> ), buraki 100g ,                                        | połędwica sopocka 40g ( <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> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , papryka 30g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2100.44 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 82.74 g; Węglowodany ogółem: 269.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.74 g; sól: 1927.25 mg; suma cukrów prostych: 37.25 g; Błonnik pokarmowy: 21.69 g;                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>wtorek 2026-08-11</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g , pomidor 30g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , | Zupa pomidorowa z makaronem 300ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU</b> ), buraki z jabłkiem 100g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>arbuz 100g , | połędwica sopocka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser żółty 30g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 80g , pomidor 30g ,                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2308.27 kcal; Białko ogółem: 91.84 g; Tłuszcz: 85.34 g; Węglowodany ogółem: 313.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.17 g; sól: 2585.88 mg; suma cukrów prostych: 37.95 g; Błonnik pokarmowy: 25.56 g;                                               |                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                |

Dietetyk

.....