

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                           |
| niedziela 2026-10-11      Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), parówka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 50g , ogórek zielony 50g ,                                          | zupa rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ),<br>woda mineralna n/ gazowana 200g , kurczak<br>gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), surówka z<br>kapusty białej z porą 150g ( <b>JAJ, GOR</b> ), ziemniaki<br>250g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                 | szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 100g<br>( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, DWU, GOR, ROŚ</b> ), herbata b/cukru 250ml<br>, pomidor 50g , papryka 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2072.54 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 90.00 g; Węglowodany ogółem: 259.82 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 39.20 g; sól: 2296.94 mg; suma cukrów prostych: 36.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |
| niedziela 2026-10-11      Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>serek grani naturalny 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), parówka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 80g , sałata 20g ,                                                    | Rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda<br>mineralna n/ gazowana 200g , kurczak gotowany<br>100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), fasolka szparagowa 100g<br>( <b>BIA, ROŚ</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), sos 100ml ,                                                         | szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g<br>( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor<br>80g , sałata 20g ,            |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2074.70 kcal; Białko ogółem: 86.94 g; Tłuszcz: 93.46 g; Węglowodany ogółem: 243.24 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 39.62 g; sól: 2364.06 mg; suma cukrów prostych: 29.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.69 g;                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |
| niedziela 2026-10-11      Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), parówka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g ,<br>papryka 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ), | Zupa rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ),<br>woda mineralna n/ gazowana 200g , kurczak<br>gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), surówka z<br>kapusty białej z porą 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), ziemniaki<br>200g , sos 100ml ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>sok pomidorowy 100g , | szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g<br>( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>sałatka jarzynowa 100g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ),<br>herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 50g ,<br>pomidor 50g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2111.78 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 88.51 g; Węglowodany ogółem: 260.11 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 34.62 g; sól: 2346.73 mg; suma cukrów prostych: 40.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.75 g;                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                    |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                  |
| poniedziałek 2026-10-12 Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta twarogowo paprykowa 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , papryka 50g ,                                                                        | Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), makaron z warzywami i kurczakiem 250g ( <b>BIA, GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                               | sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Szynka wp 50g ( <b>BIA</b> ), herbata b cukru 250ml , ogórek zielony 50g , pomidor 50g ,         |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2106.81 kcal; Białko ogółem: 88.21 g; Tłuszcz: 57.22 g; Węglowodany ogółem: 333.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.50 g; sól: 1888.83 mg; suma cukrów prostych: 53.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| poniedziałek 2026-10-12 Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta twarogowo-pomidorowa 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                                                        | Zupa dyniowa z ziemniakami 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), makaron z warzywami i kurczakiem 250g ( <b>BIA, GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                            | sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), Szynka gotowana 30g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b cukru 200ml , pomidor 80g , sałata 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2063.05 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 51.69 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.63 g; sól: 2000.56 mg; suma cukrów prostych: 42.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.94 g;                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| poniedziałek 2026-10-12 Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasta twarogowo-paprykowa 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), polędwica drobiowa 30g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , papryka 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sałatka z pomidora i ogórka i sałaty z sosem vinegret 150g , | Barszcz ukraiński 300ml ( <b>GLU, SEL, ROŚ</b> ), makaron z warzywami i kurczakiem 250g ( <b>BIA, GLU</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>jabłko pieczone z cynamonem 150g , | Szynka wp 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 50g , pomidor 50g ,                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2127.64 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 58.82 g; Węglowodany ogółem: 342.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.45 g; sól: 1619.81 mg; suma cukrów prostych: 57.96 g; Błonnik pokarmowy: 30.40 g;                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                           |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                    |
| wtorek 2026-10-13                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 50g ( <b>GLU, MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, rzodkiewka 20g, ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ),                                                        | Zupa brokułowa z kluseczkami 300g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), pulpet mięsno ryżowy 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraki z jabłkiem 100g, sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU</b> ),                                                                                | połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z fasolką szparagową 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2073.74 kcal; Białko ogółem: 81.06 g; Tłuszcz: 64.87 g; Węglowodany ogółem: 312.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.05 g; sól: 1835.76 mg; suma cukrów prostych: 47.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2026-10-13                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ),                                                            | Zupa brokułowa z kluseczkami 300g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), pulpet mięsno ryżowy 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraki z jabłkiem 100g, sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU</b> ),                                                                                | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z fasolką szparagową 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2125.38 kcal; Białko ogółem: 82.50 g; Tłuszcz: 70.59 g; Węglowodany ogółem: 310.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.77 g; sól: 1995.46 mg; suma cukrów prostych: 47.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.63 g;                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| wtorek 2026-10-13                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, rzodkiewka 20g, ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>mus jogurtowy z owocami 100g ( <b>BIA</b> ), | Zupa brokułowa z kluseczkami 300g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), pulpet mięsno ryżowy 100g ( <b>BIA, GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), buraki z jabłkiem 100g, sos pomidorowy 100ml ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), | połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z fasolką szparagową 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2252.10 kcal; Białko ogółem: 81.32 g; Tłuszcz: 75.02 g; Węglowodany ogółem: 335.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.34 g; sól: 1823.73 mg; suma cukrów prostych: 60.03 g; Błonnik pokarmowy: 24.00 g;                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                             |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                  | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                        |
| środa 2026-10-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasztet drobiowy 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , papryka 50g ,                                           | zupa parzycha z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , pierogi z serem i jogurtem. 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), jabłko 150g ,                                                                                      | połędwica drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), paprykarz 50g , herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , ogórek zielony 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.89 kcal; Białko ogółem: 83.43 g; Tłuszcz: 66.76 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.86 g; sól: 2471.75 mg; suma cukrów prostych: 32.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g;                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| środa 2026-10-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| zupa mleczna z kaszką manną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), pasztet 50g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g , szynka wieprzowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ),                                                                       | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), pierogi z serem i jogurtem. 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jabłko 150g ,                                                                                | połędwica drobiowa 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), paprykarz 50g , pomidor 80g , sałata 20g ,                                      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.43 kcal; Białko ogółem: 76.97 g; Tłuszcz: 68.51 g; Węglowodany ogółem: 304.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.92 g; sól: 2254.49 mg; suma cukrów prostych: 27.37 g; Błonnik pokarmowy: 18.91 g;                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| środa 2026-10-14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |
| 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> ), szynka wieprzowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pasztet 50g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), papryka 50g , pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>kaszka manna 100g ( <b>BIA, GLU</b> ), | Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL, DWU</b> ), pierogi z serem i jogurtem. 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , jabłko 150g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>ciastka zbożowe z jagodami 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ), | połędwica drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), paprykarz 50g , herbata b/cukru 250ml , ogórek zielony 50g , pomidor 50g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2234.61 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 69.61 g; Węglowodany ogółem: 331.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.11 g; sól: 2263.65 mg; suma cukrów prostych: 48.54 g; Błonnik pokarmowy: 16.92 g;                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                 |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                              |
| czwartek 2026-10-15 Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynka wp 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 50g , twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>BIA</b> ),                                             | Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczeń wieprzowa 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU</b> ), Surówka z kapusty modrej 150g ( <b>JAJ, GOR</b> ),                                                                       | połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 50g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 50g , ogórek zielony 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2190.73 kcal; Białko ogółem: 85.22 g; Tłuszcz: 85.19 g; Węglowodany ogółem: 289.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.91 g; sól: 2760.09 mg; suma cukrów prostych: 28.58 g; Błonnik pokarmowy: 21.16 g;                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
| czwartek 2026-10-15 Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
| zupa mleczna z budyniem 100g ( <b>BIA</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), twaróg z koperkiem 50g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,  | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczeń wieprzowa 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU</b> ), warzywa gotowane 100g ( <b>BIA, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ),                                                  | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby 50g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g , połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ),                          |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2070.48 kcal; Białko ogółem: 80.62 g; Tłuszcz: 84.40 g; Węglowodany ogółem: 268.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.16 g; sól: 2124.04 mg; suma cukrów prostych: 45.16 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
| czwartek 2026-10-15 Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), twaróg ze szczypiorkiem 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), Szynka gotowana 50g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>sok pomidorowy 100ml , | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 500ml ( <b>GLU, SEL</b> ), pieczeń wieprzowa 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki z koperkiem 200g , Surówka z kapusty modrej 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), sos 100ml ( <b>GLU</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 100g , | połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pasta z ryby ze szczypiorkiem 50g ( <b>BIA, RYB</b> ), herbata b/cukru 250ml , papryka 50g , ogórek zielony 50g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2141.96 kcal; Białko ogółem: 84.48 g; Tłuszcz: 99.15 g; Węglowodany ogółem: 248.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.91 g; sól: 1986.12 mg; suma cukrów prostych: 51.50 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g;                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                       |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                       | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                         |
| piątek 2026-10-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 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> ), ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 50g ,                                                 | Zupa z fasolki szparagowej z warzywami 300ml ( <b>BIA, GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Ryba po grecku 200g ( <b>BIA, RYB, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),                                                  | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b cukru 250ml , powidlą 50g , ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), pomidor 50g , papryka 50g ,                       |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2267.08 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 110.95 g; Węglowodany ogółem: 244.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.03 g; sól: 2246.31 mg; suma cukrów prostych: 50.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g;                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| piątek 2026-10-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 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> ), ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                                | Zupa z fasolki szparagowej z warzywami 300ml ( <b>BIA, GLU, SEL, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Ryba po grecku 200g ( <b>BIA, RYB, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),                                                  | dżem 30g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,                           |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2172.08 kcal; Białko ogółem: 90.48 g; Tłuszcz: 102.11 g; Węglowodany ogółem: 243.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.66 g; sól: 1971.83 mg; suma cukrów prostych: 43.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g;                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| piątek 2026-10-16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |
| zupa mleczna z kaszą jęczmienną 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 50g , ser żółty 50g ( <b>BIA</b> ),<br><b>II Śniadanie:</b><br>jogurt naturalny 100g ( <b>BIA</b> ), | zupa z fasolki szparagowej z warzywami 300g ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , Ryba po grecku 200g ( <b>BIA, RYB, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), herbata b/cukru 250ml , ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), pasta z fasolki szparagowej 50g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), papryka 50g , pomidor 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2171.33 kcal; Białko ogółem: 100.67 g; Tłuszcz: 92.29 g; Węglowodany ogółem: 253.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.41 g; sól: 2242.99 mg; suma cukrów prostych: 41.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.88 g;                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                  |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                           | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>sobota 2026-10-17</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g , ogórek zielony 50g ,                                                           | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kopytka dyniowe 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),                          | sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , papryka 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2063.07 kcal; Białko ogółem: 79.83 g; Tłuszcz: 45.95 g; Węglowodany ogółem: 339.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.51 g; sól: 2779.66 mg; suma cukrów prostych: 26.25 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g;                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>sobota 2026-10-17</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                                                   | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kopytka dyniowe 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>BIA, ROŚ</b> ), sos serowy 100g ( <b>BIA, GLU</b> ),                          | sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 139g ( <b>GLU, JAJ</b> ), polędwica drobiowa 50g ( <b>BIA</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 100g , sałata 20g ,      |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2046.62 kcal; Białko ogółem: 71.69 g; Tłuszcz: 45.52 g; Węglowodany ogółem: 344.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.40 g; sól: 2511.74 mg; suma cukrów prostych: 26.40 g; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>sobota 2026-10-17</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), szynkowa regionalna 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g , pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>budyń bez soku 100ml ( <b>BIA</b> ), | Zupa jarzynowa 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , kopytka dyniowe 200g ( <b>GLU, JAJ</b> ), fasolka szparagowa 150g ( <b>BIA, ROŚ</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>jabłko pieczone z cynamonem 150g , | polędwica drobiowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ryżowa z brokułem i marchewką 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , papryka 50g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2133.91 kcal; Białko ogółem: 80.38 g; Tłuszcz: 43.15 g; Węglowodany ogółem: 365.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.51 g; sól: 2718.27 mg; suma cukrów prostych: 37.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.66 g;                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                          |

Dietetyk

.....

## Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                      | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                                             | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                    |
| niedziela 2026-10-18                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 50g ( <b>GLU, MIĘ</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 50g, ogórek zielony 50g, ser biały w kostce 50g ( <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, ryż na sypko 150g, surówka z selera i marchewki 150g ( <b>BIA, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),                                  | polędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g, |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2079.06 kcal; Białko ogółem: 88.62 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodany ogółem: 330.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.53 g; sól: 2493.86 mg; suma cukrów prostych: 47.32 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| niedziela 2026-10-18                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: ŁATWOSTRAWNA                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), parówka cienka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ),                                             | rosół z makaronem 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), kurczak gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g, surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ), ryż na sypko 150g, sos 100ml,                                                                 | masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, pomidor 80g, sałata 20g, polędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ),  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2077.95 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 309.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.42 g; sól: 2612.00 mg; suma cukrów prostych: 41.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| niedziela 2026-10-18                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), parówka cienka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g, sałata 20g, ser biały w kostce 50g ( <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, ryż na sypko 150g, surówka z selera i marchewki 100g ( <b>BIA, SEL</b> ), sos 100ml ( <b>GLU, SEL</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>mandarynka 100g, | polędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 140g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka ziemniaczana z jajem 100g ( <b>JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml, papryka 50g, pomidor 50g,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2141.32 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz: 63.59 g; Węglowodany ogółem: 331.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.31 g; sól: 2487.10 mg; suma cukrów prostych: 56.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                             |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                                 | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                  |
| <b>poniedziałek 2026-10-19</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g , papryka 50g ,                                                      | Zupa krupnik 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), fasolka po bretońsku 200g ( <b>BIA, GLU, SOJ, SEL, DWU, ROŚ</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),                                                                            | ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wp 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b cukru 250ml , pomidor 50g , rzodkiewka 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2152.91 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 80.07 g; Węglowodany ogółem: 295.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.92 g; sól: 2372.66 mg; suma cukrów prostych: 28.12 g; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>poniedziałek 2026-10-19</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynkowa 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), pomidor 80g , sałata 20g ,                                                              | Zupa krupnik 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), leczo warzywne 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ), filet gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),                                                        | ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wp 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 80g , sałata 20g ,     |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2122.74 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 71.38 g; Węglowodany ogółem: 295.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.97 g; sól: 2387.87 mg; suma cukrów prostych: 28.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.55 g;                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>poniedziałek 2026-10-19</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |
| Zupa mleczna z płatkami owsianymi 100ml ( <b>BIA, GLU</b> ), kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ), szynkowa regionalna 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), jajko gotowane 1szt ( <b>JAJ</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g , papryka 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>Kisiel z tartym jabłkiem 200g , | Zupa krupnik 300g ( <b>GLU, SEL</b> ), Leczo warzywne 150g ( <b>GLU, SEL</b> ), woda mineralna n/ gazowana 200g , filet gotowany 100g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), ziemniaki 200g ( <b>BIA</b> ),<br><b>Podwieczorek:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , | ser biały w kostce 50g ( <b>BIA</b> ), masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), szynka wp 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), herbata b/cukru 250ml , pomidor 50g , rzodkiewka 50g ,                  |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2300.47 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 81.15 g; Węglowodany ogółem: 318.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.08 g; sól: 2277.61 mg; suma cukrów prostych: 57.99 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                           |

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

| Oddział: szpital Szubin/Nakło                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Śniadanie<br>II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Obiad<br>Podwieczorek                                                                                                                                                                                                            | Kolacja<br>Posiłek nocny                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>wtorek 2026-10-20</b> <b>Dieta: PODSTAWOWA</b>                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>metka łososiowa 50g , masło 82% 15g ( <b>BIA</b> ),<br>szynka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo mieszane<br>pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek<br>zielony 50g , pomidor 50g ,                                                           | ryżanka z warzywami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz<br>wieprzowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna<br>n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , buraki z<br>jabłkiem 100g ,                                              | połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło<br>82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno<br>żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z<br>brokułem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b<br>cukru 250ml , papryka 50g , pomidor 50g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2038.08 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 66.69 g; Węglowodany ogółem: 303.49 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 29.83 g; sól: 2695.04 mg; suma cukrów prostych: 36.66 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;                                                           |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>wtorek 2026-10-20</b> <b>Dieta: ŁATWOSTRAWNA</b>                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pasztet drobiowy 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), szynka 50g ( <b>BIA</b> ), pieczywo<br>mieszane pszenno żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ),<br>pomidor 100g , sałata 20g ,                                                   | sos 100ml , ryżanka z warzywami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz wieprzowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ),<br>woda mineralna n/ gazowana 200g , ziemniaki<br>200g , buraki z jabłkiem 150g ,                                     | połędwica sopocka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło<br>82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo mieszane pszenno<br>żytnie 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z<br>brokułem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata<br>b/cukru 250ml , pomidor 100g , sałata 20g , |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2069.19 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 80.45 g; Węglowodany ogółem: 281.80 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 34.49 g; sól: 2651.83 mg; suma cukrów prostych: 44.06 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;                                                           |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>wtorek 2026-10-20</b> <b>Dieta: DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| kawa zbożowa z mlekiem 200ml ( <b>BIA, GLU</b> ),<br>pasztet drobiowy 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło 82%<br>15g ( <b>BIA</b> ), szynka 50g ( <b>BIA, GLU</b> ), pieczywo<br>razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), ogórek zielony 50g ,<br>pomidor 50g ,<br><b>II Śniadanie:</b><br>mus warzywno owocowy 100g , | ryżanka z warzywami 300ml ( <b>GLU, SEL</b> ), gulasz<br>wieprzowy 150g ( <b>BIA, GLU, SEL</b> ), woda mineralna<br>n/ gazowana 200g , ziemniaki 200g , buraki z<br>jabłkiem 100g ,<br><b>Podwieczorek:</b><br>mandarynka 100g , | połędwica sopocka 40g ( <b>BIA, GLU</b> ), masło<br>82% 15g ( <b>BIA</b> ), pieczywo razowe 120g ( <b>GLU, JAJ</b> ), sałatka makaronowa z brokułem 100g ( <b>GLU, JAJ, GOR</b> ), herbata b/cukru 250ml ,<br>papryka 50g , pomidor 50g ,                        |
| <b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2187.92 kcal; Białko ogółem: 75.71 g; Tłuszcz: 74.92 g; Węglowodany ogółem: 326.15 g; kw. tłuszcz.<br>nasycone ogółem: 32.23 g; sól: 2405.55 mg; suma cukrów prostych: 43.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g;                                                           |                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                  |

Dietetyk

.....