











## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: UROLOGIA Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb razowy ze słonecznikiem 100g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - Kielbasa żywiecka 50g ( <b>MLEKO, S02, GORYCZYCA</b> ), Ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa bez cukru. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), Salata Mix 10g, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem razowym 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA</b> ), Fasolka po bretońsku lekka z mięsem drobiowym 350g ( <b>SELER</b> ), Bułka grahamka 1szt ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb razowy ze słonecznikiem 100g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 20g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Ser mozzarella plastry 50g ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ), Roszponka 10g, Papryka czerwona 50g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2251.96 kcal; Energia: 9202.48 kJ; Białko ogółem: 123.31 g; białko zwierzęce: 60.83 g; białko roślinne: 61.99 g; Tłuszcz: 67.71 g; Węglowodany ogółem: 340.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; Sód: 1678.39 mg; Potas: 4667.01 mg; Wapń: 1037.92 mg; Fosfor: 1972.87 mg; Błonnik pokarmowy: 44.36 g; suma cukrów prostych: 45.99 g; Woda: 935.70 g; Popiół: 19.32 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: UROLOGIA PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - Kielbasa żywiecka 50g ( <b>MLEKO, S02, GORYCZYCA</b> ), Ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), Salata Mix 10g, <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA</b> ), Fasolka po bretońsku lekka z mięsem drobiowym 350g ( <b>SELER</b> ), Bułka grahamka 1szt ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 20g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Ser mozzarella plastry 50g ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ), Roszponka 10g, Papryka czerwona 50g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2275.78 kcal; Energia: 9302.59 kJ; Białko ogółem: 119.82 g; białko zwierzęce: 57.98 g; białko roślinne: 61.35 g; Tłuszcz: 66.47 g; Węglowodany ogółem: 351.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.85 g; Sód: 1753.38 mg; Potas: 4390.02 mg; Wapń: 893.56 mg; Fosfor: 1853.69 mg; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; suma cukrów prostych: 56.14 g; Woda: 855.49 g; Popiół: 18.35 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Dieta: UROLOGIA VIP</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - Kielbasa żywiecka 50g ( <b>MLEKO, S02, GORYCZYCA</b> ), Serek włoski 70g ( <b>MLEKO</b> ), Salata Mix 10g, Ogórek zielony 50g, Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA</b> ), Fasolka po bretońsku lekka z mięsem drobiowym 350g ( <b>SELER</b> ), Bułka grahamka 1szt ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 50g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Ser mozzarella plastry 50g ( <b>MLEKO, ŚMIETANKA</b> ), Roszponka 10g, Papryka czerwona 50g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2416.36 kcal; Energia: 9593.09 kJ; Białko ogółem: 138.63 g; białko zwierzęce: 76.79 g; białko roślinne: 61.35 g; Tłuszcz: 72.43 g; Węglowodany ogółem: 353.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.12 g; Sód: 1782.64 mg; Potas: 4564.47 mg; Wapń: 965.38 mg; Fosfor: 2086.04 mg; Błonnik pokarmowy: 43.07 g; suma cukrów prostych: 58.44 g; Woda: 930.38 g; Popiół: 19.28 g;		
<b>wtorek 2026-03-17</b> <b>Dieta: UROLOGIA ŁATOWSTRAWNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Margaryna jednoporcjowa 10g 1szt, Pasta z tuńczyka z koperkiem 70g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor bez skórki 50g, Ogórek zielony 30g, Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa koperkowa z makaronem 350ml ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, PSZENICA</b> ), Gulasz wieprzowy z warzywami 100g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECHY AR, SOJA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g, Kalafor na parze 200g, Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Wędlina - Połędwica premium 20g ( <b>MLEKO, PSZENICA, SOJA</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Margaryna jednoporcjowa 10g 1szt, Twaróg krajanka 50g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor bez skórki 50g, Ogórek kiszony 30g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 1720.35 kcal; Energia: 6947.83 kJ; Białko ogółem: 87.41 g; białko zwierzęce: 58.11 g; białko roślinne: 29.30 g; Tłuszcz: 48.10 g; Węglowodany ogółem: 251.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.89 g; Sód: 2082.22 mg; Potas: 3385.67 mg; Wapń: 636.21 mg; Fosfor: 1296.82 mg; Błonnik pokarmowy: 20.16 g; suma cukrów prostych: 49.53 g; Woda: 1146.53 g; Popiół: 15.47 g;		





## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-03-19</b> <b>Dieta: UROLOGIA Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb razowy ze słonecznikiem 100g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Hummus z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 50g ( <b>GORYCZYCA, JAJA, OWIES, SOJA</b> ), Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa bez cukru. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350ml ( <b>JĘCZMIEN</b> ), Udko pieczone 200g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g, Dynia kostka na parze z ziołami 100g, Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb razowy ze słonecznikiem 100g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - filet królewski z indyka 50g, Śledzie krojone w jogurcie z jabłkiem 50g ( <b>MLEKO, RYBY</b> ), Pomidor 50g, Sałata 5g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2274.58 kcal; Energia: 7231.17 kJ; Białko ogółem: 111.59 g; białko zwierzęce: 30.20 g; białko roślinne: 36.19 g; Tłuszcz: 88.54 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.49 g; Sód: 1161.72 mg; Potas: 4426.49 mg; Wapń: 871.85 mg; Fosfor: 1368.04 mg; Błonnik pokarmowy: 31.76 g; suma cukrów prostych: 46.00 g; Woda: 1116.37 g; Popiół: 15.15 g;		
<b>czwartek 2026-03-19</b> <b>Dieta: UROLOGIA PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Hummus z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 50g ( <b>GORYCZYCA, JAJA, OWIES, SOJA</b> ), Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa z chudą kielbasą - grochowa 350ml ( <b>BIĄŁKO JAJ, MLEKO, GORYCZYCA, SELER</b> ), Udko pieczone 200g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g, Dynia kostka na parze z ziołami 100g, Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - filet królewski z indyka 50g, Pomidor 50g, Sałata 5g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2341.77 kcal; Energia: 7666.47 kJ; Białko ogółem: 117.49 g; białko zwierzęce: 20.64 g; białko roślinne: 51.56 g; Tłuszcz: 81.14 g; Węglowodany ogółem: 320.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.77 g; Sód: 1405.18 mg; Potas: 4446.19 mg; Wapń: 758.40 mg; Fosfor: 1386.23 mg; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Woda: 959.94 g; Popiół: 15.96 g;		
<b>czwartek 2026-03-19</b> <b>Dieta: UROLOGIA VIP</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, wędlina - Krakowska parzona 50g, Hummus z ciecierzycy z suszonymi pomidorami 50g ( <b>GORYCZYCA, JAJA, OWIES, SOJA</b> ), Papryka czerwona 50g, Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa z chudą kielbasą - grochowa 300ml ( <b>BIĄŁKO JAJ, MLEKO, GORYCZYCA, SELER</b> ), Udko pieczone 250g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g, Dynia kostka na parze z ziołami 100g, Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - filet królewski z indyka 50g, Pomidor 50g, Sałata 5g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2478.44 kcal; Energia: 7417.47 kJ; Białko ogółem: 132.35 g; białko zwierzęce: 19.53 g; białko roślinne: 48.73 g; Tłuszcz: 93.16 g; Węglowodany ogółem: 311.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.36 g; Sód: 1359.13 mg; Potas: 4278.43 mg; Wapń: 746.27 mg; Fosfor: 1323.06 mg; Błonnik pokarmowy: 36.51 g; suma cukrów prostych: 51.74 g; Woda: 946.07 g; Popiół: 15.39 g;		
<b>piątek 2026-03-20</b> <b>Dieta: UROLOGIA ŁATOWSTRAWNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 50g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Rogal maślany 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM</b> ), Masło 15g, Twarożek waniliowy 50g, Dżem 2x25g 2szt, Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO</b> ), Filet z miruny pieczony z cytryną 100g ( <b>S02, GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECH WŁ, SOJA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g, Sos grecki z warzywami 100ml 1Por ( <b>SELER</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g, Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 20g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Twarożek z ziołami 50g ( <b>MLEKO</b> ), Papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), Sałata masłowa 5g, Herbata 250ml,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.66 kcal; Energia: 8842.56 kJ; Białko ogółem: 97.23 g; białko zwierzęce: 68.32 g; białko roślinne: 28.36 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.68 g; Sód: 2106.34 mg; Potas: 3886.70 mg; Wapń: 843.10 mg; Fosfor: 1513.19 mg; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; suma cukrów prostych: 93.53 g; Woda: 1275.58 g; Popiół: 16.21 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: UROLOGIA		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: UROLOGIA Z OGR. ŁAT. WĘGLOWODANÓW</b>		
Chleb pszenno-żytni 50g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Bułka grahamka 1szt ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g , Twarożek 50g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 60g , Sałata 10g , Kawa zbożowa bez cukru. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt naturalny 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO</b> ), Filet z miruny smażony 120g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g , Surówka z kapusty czerwonej 150g ( <b>GLUTEN, PSZENICA</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g , Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 20g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Twarożek z ziołami 50g ( <b>MLEKO</b> ), Papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), Sałata masłowa 5g , Herbata 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2117.84 kcal; Energia: 8400.17 kJ; Białko ogółem: 111.82 g; białko zwierzęce: 75.44 g; białko roślinne: 35.82 g; Tłuszcz: 71.78 g; Węglowodany ogółem: 285.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.48 g; Sód: 2611.17 mg; Potas: 4689.55 mg; Wapń: 1058.94 mg; Fosfor: 1842.86 mg; Błonnik pokarmowy: 33.11 g; suma cukrów prostych: 44.46 g; Woda: 1569.80 g; Popiół: 20.24 g;		
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: UROLOGIA PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 50g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Rogal maślany 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM</b> ), Masło 15g , Twarożek waniliowy 50g , Dżem 2x25g 2szt , Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO</b> ), Filet z miruny pieczony z cytryną 100g ( <b>S02, GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECH WŁ, SOJA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g , Sos grecki z warzywami 100ml 1Por ( <b>SELER</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g , Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 20g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Twarożek z ziołami 50g ( <b>MLEKO</b> ), Papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), Sałata masłowa 5g , Herbata 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2212.66 kcal; Energia: 8842.56 kJ; Białko ogółem: 97.23 g; białko zwierzęce: 68.32 g; białko roślinne: 28.36 g; Tłuszcz: 76.60 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.68 g; Sód: 2106.34 mg; Potas: 3886.70 mg; Wapń: 843.10 mg; Fosfor: 1513.19 mg; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; suma cukrów prostych: 93.53 g; Woda: 1275.58 g; Popiół: 16.21 g;		
<b>piątek 2026-03-20</b>		
<b>Dieta: UROLOGIA VIP</b>		
Chleb pszenno-żytni 50g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Rogal maślany 1szt ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM</b> ), Masło 15g , Twarożek waniliowy 50g , Dżem 2x25g 2szt , Miód 25g 1szt ( <b>ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SEZAM</b> ), Kawa zbożowa. 250g ( <b>MLEKO, JĘCZMIEN, ŻYTO</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jogurt owocowy 125ml 1szt ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml ( <b>MLEKO</b> ), Filet z miruny pieczony z cytryną 100g ( <b>S02, GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECH WŁ, SOJA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g , Sos grecki z warzywami 100ml 1Por ( <b>SELER</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 15g , Wędlina - Schab ze spiżarni Drozd 50g ( <b>GORYCZYCA, SELER</b> ), Twarożek z ziołami 50g ( <b>MLEKO</b> ), Papryka konserwowa 50g ( <b>S02</b> ), Sałata masłowa 5g , Herbata 250ml
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2364.94 kcal; Energia: 9181.81 kJ; Białko ogółem: 102.26 g; białko zwierzęce: 73.34 g; białko roślinne: 28.36 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 322.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.76 g; Sód: 2108.65 mg; Potas: 4005.45 mg; Wapń: 848.97 mg; Fosfor: 1581.54 mg; Błonnik pokarmowy: 22.76 g; suma cukrów prostych: 94.17 g; Woda: 1302.76 g; Popiół: 16.56 g;		

Dietetyk

.....