

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Kasza manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (<i>JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g, Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z marchwi 300ml, Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (<i>SEL</i>), Cukinia pieczona 100g, Ryż 160g, Kompot 200ml,	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ser biały 60g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pomidor sparzony 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1843.53 kcal; Białko : 91.97 g; Węglowodany ogółem: 254.36 g; suma cukrów prostych: 47.03 g; Tłuszcz: 56.10 g; Kwasy tł. nasycone: 18.14 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 40g, Ogórek plastry 30g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, Herbata 200ml,	Zupa peyzanka 300ml, Gulasz wieprzowy lekkostrawny 220g (<i>SEL</i>), Ryż brązowy 160g, Mizeria 100g (<i>MLE</i>), Kompot bez cukru 200ml,	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Herbata 200ml, pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,
II Śniadanie: Koktajl truskawkowy z płatkami owsianymi 150ml (<i>GLU, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2009.35 kcal; Białko : 98.81 g; Węglowodany ogółem: 263.16 g; suma cukrów prostych: 41.33 g; Tłuszcz: 71.70 g; Kwasy tł. nasycone: 20.24 g; Sól: 9.10 g; Błonnik pokarmowy: 42.31 g;

poniedziałek 2025-05-26 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Kasza manna na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z koperkiem 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 40g, Ogórek plastry 30g, sałata karbowana 10g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml, Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,	Zupa peyzanka 300ml, Lazania z mięsem 300g (<i>GLU, MLE</i>), Mizeria 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml,	Sałatka jarzynowa lekkostrawna z jogurtem 100g (<i>JAJ, MLE, SEL</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), pomidor 60g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2212.47 kcal; Białko : 105.44 g; Węglowodany ogółem: 291.44 g; suma cukrów prostych: 45.74 g; Tłuszcz: 75.95 g; Kwasy tł. nasycone: 23.01 g; Sól: 8.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (<i>JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem zabieleną 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki gotowane 180g , Sałatka z gotowanego buraczka z natką 100g , Kompot 200ml , Sos koperkowy zabieleny 60ml (<i>MLE</i>),	Naleśnik z serem 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pasztet 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2307.17 kcal; Białko : 105.74 g; Węglowodany ogółem: 258.73 g; suma cukrów prostych: 54.32 g; Tłuszcz: 97.86 g; Kwasy tł. nasycone: 22.56 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Rzodkiewka 45g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml ,	Zupa z soczewicy 300ml (<i>SEL</i>), Roladka z kurczaka z warzywami 120g (<i>SEL</i>), Kasza gryczana 160g , Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100g (<i>SEZ</i>), Kompot bez cukru 200ml , Sos koperkowy zabieleny 60ml (<i>MLE</i>),	Naleśnik gryczany z serem 1szt (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pasztet 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), pomidory 30g , sałata karbowana 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml ,
II Śniadanie: Jogurt z pomarańczą 180g (<i>GLU, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2495.47 kcal; Białko : 121.70 g; Węglowodany ogółem: 299.10 g; suma cukrów prostych: 42.91 g; Tłuszcz: 99.77 g; Kwasy tł. nasycone: 21.43 g; Sól: 6.74 g; Błonnik pokarmowy: 43.79 g;

wtorek 2025-05-27 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Pieczony omlet ze szpinakiem i cukinią 100g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Rzodkiewka 45g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g ,	Zupa z soczewicy 300ml (<i>SEL</i>), makaron sojowy z kurczakiem i warzywami 300g , Surówka z kapusty czerwonej z sezamem 100g (<i>SEZ</i>), Kompot 200ml ,	Naleśnik z serem 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Pasztet 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.80 kcal; Białko : 107.26 g; Węglowodany ogółem: 252.38 g; suma cukrów prostych: 45.92 g; Tłuszcz: 107.68 g; Kwasy tł. nasycone: 21.74 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Ser biały 60g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa krem z cukinii 300ml (<i>SEL</i>), Lazania ze szpinakiem i twarogiem lekkostrawna 300g (<i>GLU, MLE</i>), Marchewka w kostce gotowana 100g , Kompot 200ml , sos jogurtowy z koperkiem 60g (<i>MLE</i>),	Pasta warzywna z cukinią 55g (<i>SEL</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1913.17 kcal; Białko : 91.23 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; suma cukrów prostych: 50.27 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kwasy tł. nasycone: 16.99 g; Sól: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 20.73 g;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek plastry 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Zapiekany makaron raz. ze szpinakiem i serem 300g (<i>GLU, MLE</i>), Sałata z jogurtem i rodzkiewką 100g (<i>MLE</i>), Kompot bez cukru 200ml , sos jogurtowy z koperkiem 60g (<i>MLE</i>),	Pasta warzywna z cukinią 55g (<i>SEL</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Ogórek kiszony 40g ,
II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z serem białym 200g (<i>GLU, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2111.47 kcal; Białko : 102.33 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; suma cukrów prostych: 35.32 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tł. nasycone: 26.18 g; Sól: 8.47 g; Błonnik pokarmowy: 40.45 g;

środa 2025-05-28 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek plastry 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g ,	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Kotlet jajeczny 150g (<i>GLU, JAJ</i>), Sałata z jogurtem i rodzkiewką 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml , Ziemniaki gotowane 180g ,	Pasta warzywna z cukinią 55g (<i>SEL</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Ogórek kiszony 40g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1956.55 kcal; Białko : 87.03 g; Węglowodany ogółem: 250.64 g; suma cukrów prostych: 41.15 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kwasy tł. nasycone: 22.49 g; Sól: 6.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Pasta z twarogu z koperkiem 55g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpety drobiowe 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza jęczmienna 160g (<i>GLU</i>), Buraczki puree 150g , Kompot 200ml , Sos pietruszkowy zabieleny 60ml (<i>MLE, SEL</i>),	Makaron z serem i jogurtem 110g (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1844.65 kcal; Białko : 94.61 g; Węglowodany ogółem: 279.87 g; suma cukrów prostych: 51.81 g; Tłuszcz: 43.52 g; Kwasy tł. nasycone: 13.84 g; Sól: 5.28 g; Błonnik pokarmowy: 21.75 g;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Pasta z twarogu z koperkiem 55g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Rzodkiewka 45g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml ,	Zupa koperkowa z ziemniakami zabieleną 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Pulpety drobiowe 100g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza pęczak 160g (<i>GLU</i>), Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Kompot bez cukru 200ml , Sos pietruszkowy zabieleny 60ml (<i>MLE, SEL</i>),	Makaron razowy z serem i tartym jabłkiem 110g (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1962.53 kcal; Białko : 93.19 g; Węglowodany ogółem: 278.85 g; suma cukrów prostych: 29.73 g; Tłuszcz: 61.83 g; Kwasy tł. nasycone: 14.52 g; Sól: 6.62 g; Błonnik pokarmowy: 40.36 g;

czwartek 2025-05-29 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Pasta z twarogu z koperkiem 55g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), Rzodkiewka 45g , Ogórek kiszony 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g ,	Zupa krem z białych warzyw 300ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulą 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki gotowane 180g , Surówka z czerwonej kapusty z majonezem 100g (<i>JAJ, GOR</i>), Kompot 200ml ,	Makaron z serem i jogurtem 110g (<i>GLU, MLE</i>), Pasta jajeczna z natką pietruszki 55g (<i>JAJ, MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g , sałata karbowana 10g , Herbata 200ml , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2100.91 kcal; Białko : 94.79 g; Węglowodany ogółem: 292.94 g; suma cukrów prostych: 40.06 g; Tłuszcz: 68.17 g; Kwasy tł. nasycone: 20.26 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , Szpinak i kielki 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Barszcz czerwony zabielały 300ml (<i>MLE</i>), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (<i>RYB, SEL</i>), surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml , Ziemniaki gotowane 180g ,	Pasta warzywna 80g (<i>SEL</i>), Ser biały 60g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1800.77 kcal; Białko : 83.23 g; Węglowodany ogółem: 252.44 g; suma cukrów prostych: 68.47 g; Tłuszcz: 56.30 g; Kwasy tł. nasycone: 15.76 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Jajko gotowane na twardo 1szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek kiszony 40g , Szpinak i kielki 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Lekkostrawna ryba po grecku 120g (<i>RYB, SEL</i>), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot bez cukru 200ml , Ziemniaki gotowane 180g ,	Pasta warzywna 80g (<i>SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>),
II Śniadanie: Koktajl z wiśni z płatkami owsianymi 180ml (<i>GLU, MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1892.90 kcal; Białko : 87.50 g; Węglowodany ogółem: 243.62 g; suma cukrów prostych: 34.73 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kwasy tł. nasycone: 19.02 g; Sól: 7.78 g; Błonnik pokarmowy: 39.49 g;

piątek 2025-05-30 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Kasza kukurydziana na mleku 300ml (<i>MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 1szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 30g , Ogórek kiszony 40g , Szpinak i kielki 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g ,	Zupa pomidorowa z ryżem zabielała 300ml (<i>MLE, SEL</i>), Ryba w panierce 100g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Surówka z kapusty kiszonej 100g , Kompot 200ml , Ziemniaki gotowane 180g ,	Pasta warzywna 80g (<i>SEL</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2070.56 kcal; Białko : 87.09 g; Węglowodany ogółem: 276.99 g; suma cukrów prostych: 39.38 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kwasy tł. nasycone: 20.86 g; Sól: 7.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Pieczony omlet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), szynka drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Pomidor sparzony 60g, sałata 10g, Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),	Zupa krem z białych warzyw łatwostrawna 300ml (SEL), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron spaghetti 160g (GLU), Cukinia pieczona 100g, Kompot 200ml,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), szynka drobiowa 2 40g, sałata karbowana 10g, Ser biały 60g (MLE), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, Herbata 200ml, Bułka wrocławska 80g (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.57 kcal; Białko : 107.63 g; Węglowodany ogółem: 254.17 g; suma cukrów prostych: 41.24 g; Tłuszcz: 93.79 g; Kwasy tł. nasycone: 25.94 g; Sól: 6.89 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Pieczony omlet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 40g, sałata 10g, Chleb razowy 140g (GLU), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g, Herbata 200ml,	Zupa jarzynowa z fasolką 300ml (MLE, SEL), Sos boloński lekkostrawny wp 220g (SEL), Makaron spaghetti 160g (GLU), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot bez cukru 200ml,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), sałata karbowana 10g, wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 80g, Herbata 200ml, Ser żółty 30g (MLE), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,
II Śniadanie: Kanapki z pieczywa razowego z szynką 200g (GLU, MLE),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.38 kcal; Białko : 116.18 g; Węglowodany ogółem: 250.29 g; suma cukrów prostych: 35.96 g; Tłuszcz: 112.73 g; Kwasy tł. nasycone: 32.34 g; Sól: 8.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g;

sobota 2025-05-31 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Pieczony omlet z warzywami 100g (JAJ, MLE, SEL), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), Rzodkiewka 45g, Ogórek plastry 40g, sałata 10g, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Herbata 200ml, Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,	Zupa jarzynowa z fasolką 300ml (MLE, SEL), Schab w sosie śliwkowym 120g (MLE), Surówka z kapusty pekińskiej 100g, Kompot 200ml, Kasza gryczana 160g,	Parówki z keczupem 100g (GLU, SOJ, MLE), Ser żółty 30g (MLE), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (GLU, SOJ, MLE), pomidor 80g, sałata karbowana 10g, Herbata 200ml, Pieczywo mieszane 130g (GLU), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2243.87 kcal; Białko : 108.93 g; Węglowodany ogółem: 265.19 g; suma cukrów prostych: 39.91 g; Tłuszcz: 90.64 g; Kwasy tł. nasycone: 28.13 g; Sól: 8.61 g; Błonnik pokarmowy: 33.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: NFZ		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: NFZ dieta łatwostrawna		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), szynka drobiowa 2 40g , Plastry pieczonych warzyw 80g (<i>SEL</i>), sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),	Krupnik 300ml (<i>GLU, SEL</i>), Udko z kurczaka pieczone 150g , Ziemniaki gotowane 180g , surówka z sałaty z jogurtem 100g (<i>MLE</i>), Kompot 200ml , Sos jarzynowy 60g (<i>SEL</i>),	Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ser biały 60g (<i>MLE</i>), szynka drobiowa 2 40g , Pomidor sparzony 60g , sałata 10g , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Bułka wrocławska 80g (<i>GLU</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.43 kcal; Białko : 98.86 g; Węglowodany ogółem: 259.45 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Tłuszcz: 80.41 g; Kwasy tł. nasycone: 21.30 g; Sól: 5.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: nfz Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
jogurt 100 1szt (<i>MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 40g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa 300ml (<i>MLE</i>), Udko z kurczaka pieczone 150g , Kasza bulgur 160g (<i>GLU</i>), kapusta po chińsku 100g , Kompot bez cukru 200ml , Sos jarzynowy 60g (<i>SEL</i>),	Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 30g , sałata 10g , Chleb razowy 140g (<i>GLU</i>), Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Herbata 200ml , Ogórek kiszony 40g ,
II Śniadanie: Sałatka z warzyw z nasionami słonecznika 150g ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2207.90 kcal; Białko : 92.94 g; Węglowodany ogółem: 263.37 g; suma cukrów prostych: 33.26 g; Tłuszcz: 95.98 g; Kwasy tł. nasycone: 23.88 g; Sól: 7.58 g; Błonnik pokarmowy: 39.66 g;

niedziela 2025-06-01 Jadłospis dla diety: NFZ Dieta podstawowa		
Płatki owsiane na mleku 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Jajko gotowane na twardo 0.5szt (<i>JAJ</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), papryka 40g , Ogórek plastry 30g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g ,	Zupa kalafiorowa 300ml (<i>MLE</i>), Pierś kurczaka w sosie z brokułami 120g (<i>MLE</i>), Kasza bulgur 160g (<i>GLU</i>), kapusta po chińsku 100g , Kompot 200ml ,	Paszтет 55g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ser żółty 30g (<i>MLE</i>), wędlina drobiowo-wieprzowa 2 40g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>), pomidor 40g , sałata 10g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Herbata 200ml , Produkt tłuszczowy do smarowania 10g , Ogórek kiszony 40g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2074.64 kcal; Białko : 90.92 g; Węglowodany ogółem: 278.00 g; suma cukrów prostych: 44.50 g; Tłuszcz: 74.01 g; Kwasy tł. nasycone: 21.91 g; Sól: 6.81 g; Błonnik pokarmowy: 32.80 g;