Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; pasta wieprzowo - warzywna 100g , **(*SEL*)**; rzodkiewka 40g , ; dżem owocowy 25 g 1.0szt , ; herbata z cytryną i cukrem 200g , ;	zupa pomidorowa z ryżem 400g , **(*GLU, SEL*)**; udko z kurczaka pieczone 200g , ; sos pieczeniowy 50g , **(*GLU, MLE*)**; kasza jęczmienna 150g , ; mix warzyw parowanych 150g , ; kompot 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; twarożek z koperkiem 100g , **(*MLE*)**; sałata lodowa z ogórkiem i pestkami dyni 100g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ; **Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150ml 1.0szt , **MLE**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1865.95 kcal; Białko: 98.60 g; Tłuszcz: 64.69 g; Kw. tł. n: 23.57 g; Węglowodany: 237.56 g; suma cukrów prostych: 46.16 g; Błonnik pokarmowy: 30.94 g; Sód: 1997.81 mg;		
czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; pomidor 40g , ; sałata zielona 10g , ; pasta wieprzowo - warzywna 100g , **(*SEL*)**; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**; kiełbasa krakowska 30.0g , ;	zupa pomidorowa z ryżem 400g , **(*GLU, SEL*)**; udko z kurczaka pieczone 200g , ; sos pieczeniowy 50g , **(*GLU, MLE*)**; kasza jęczmienna 150g , ; mix warzyw parowanych 150g , ; kompot 250g , ;	serek naturalny 150g 1.0szt , ; chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; sałata lodowa 40g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ; **Posiłek nocny:** banan 150g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2106.75 kcal; Białko: 106.55 g; Tłuszcz: 78.54 g; Kw. tł. n: 33.46 g; Węglowodany: 257.17 g; suma cukrów prostych: 51.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; Sód: 2249.57 mg;		
czwartek 2026-10-08	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; pasta wieprzowo - warzywna 100g , **(*SEL*)**; rzodkiewka 40g , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**;	zupa pomidorowa z ryżem 400g , **(*GLU, SEL*)**; udko z kurczaka pieczone 200g , ; sos pieczeniowy 50g , **(*GLU, MLE*)**; kasza jęczmienna 150g , ; mix warzyw parowanych 150g , ; kompot b/c 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; twarożek z koperkiem 100g , **(*MLE*)**; sałata lodowa z ogórkiem i pestkami dyni 100g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ;
II Śniadanie: gruszka 200g , ;	**Podwieczorek:** jogurt owocowy bez cukru 150g 1.0szt , ;	**Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; jajko gotowane 50g , ; sałata zielona 10g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2171.45 kcal; Białko: 114.41 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. n: 29.13 g; Węglowodany: 268.18 g; suma cukrów prostych: 54.09 g; Błonnik pokarmowy: 36.00 g; Sód: 2292.88 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-09	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
zacierka na mleku 300g , **(*GLU, MLE*)**; chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; polędwica sopocka 50.0g , **SOJ**; sałata lodowa 40g , ; słonecznik łuskany 5.0g , ; herbata z cytryną i cukrem 200g , ;	zupa fasolowa 400g , **(*GLU, SEL*)**; dorsz duszony w ziołach 80g , **(*RYB*)**; ziemniaki 200g , ; surówka colesław 150g , **(*JAJ*)**; kompot 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 50.0g , **SOJ**; pomidor 80g , ; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**; **Posiłek nocny:** sok owocowo-warzywny 330ml 1.0szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1868.25 kcal; Białko: 89.45 g; Tłuszcz: 50.58 g; Kw. tł. n: 20.49 g; Węglowodany: 283.18 g; suma cukrów prostych: 70.92 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; Sód: 2052.70 mg;		
piątek 2026-10-09	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
zacierka na mleku 300g , **(*GLU, MLE*)**; chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 50.0g , **SOJ**; sałata lodowa 40g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ;	zupa grysikowa 400g , **(*GLU, SEL*)**; dorsz duszony w ziołach 80g , **(*RYB*)**; ziemniaki 200g , ; cukinia na ciepło 150g , ; kompot 250g , ;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 15g 1.0szt , **MLE**; twarożek z koperkiem 100g , **(*MLE*)**; pomidor 40g , ; herbata b/c 200g , ; miód 25g opak.jednorazowe 1.0szt , ; **Posiłek nocny:** sok owocowo-warzywny 330ml 1.0szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1881.82 kcal; Białko: 74.80 g; Tłuszcz: 52.32 g; Kw. tł. n: 21.44 g; Węglowodany: 291.51 g; suma cukrów prostych: 65.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; Sód: 1591.68 mg;		
piątek 2026-10-09	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; polędwica sopocka 50.0g , **SOJ**; sałata lodowa 40g , ; słonecznik łuskany 5.0g , ; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**;	zupa fasolowa 400g , **(*GLU, SEL*)**; dorsz duszony w ziołach 80g , **(*RYB*)**; ziemniaki 200g , ; surówka colesław 150g , **(*JAJ*)**; kompot b/c 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 50.0g , **SOJ**; pomidor 80g , ; herbata b/c 200g , ;
II Śniadanie: wafle ryżowe 30.0g , ;	**Podwieczorek:** jabłko 200g , ;	**Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; ser biały półtłusty 30.0g , **MLE**; papryka czerwona 30g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1844.50 kcal; Białko: 88.37 g; Tłuszcz: 54.06 g; Kw. tł. n: 20.94 g; Węglowodany: 270.57 g; suma cukrów prostych: 48.85 g; Błonnik pokarmowy: 39.57 g; Sód: 2060.14 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-10-10	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; galaretka drobiowo - warzywna 200g , **(*SEL*)**; herbata z cytryną i cukrem 200g , ;	zupa brokułowa z ziemniakami 400g , **(*GLU, SEL*)**; ryż z jabłkami 300g , **(*MLE*)**; sok pomidorowy 330 ml 1.0szt , ; kompot 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; polędwica miodowa 50.0g , ; sałatka jarzynowa 100g , **(*JAJ, MLE, SEL*)**; sałata zielona 10g , ; siemie lniane 2.0g , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**; **Posiłek nocny:** rogalik 60g 1.0szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1866.62 kcal; Białko: 79.51 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. n: 21.96 g; Węglowodany: 280.25 g; suma cukrów prostych: 41.99 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sód: 2469.37 mg;		
sobota 2026-10-10	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; galaretka drobiowo - warzywna 200g , **(*SEL*)**; cytryna 5.0g , ; sałata lodowa 40g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ;	zupa brokułowa z ziemniakami 400g , **(*GLU, SEL*)**; ryż z jabłkami 300g , **(*MLE*)**; kompot 250g , ; sok pomidorowy 330 ml 1.0szt , ;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; polędwica sopocka 50.0g , **SOJ**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; sałatka jarzynowa 100g , **(*JAJ, MLE, SEL*)**; sałata zielona 10g , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**; **Posiłek nocny:** drożdżówka 60g 1.0szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1929.99 kcal; Białko: 76.59 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. n: 23.58 g; Węglowodany: 294.29 g; suma cukrów prostych: 45.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; Sód: 2234.63 mg;		
sobota 2026-10-10	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; galaretka drobiowo - warzywna 200g , **(*SEL*)**; ogórek zielony 40g , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**;	zupa brokułowa z ziemniakami 400g , **(*GLU, SEL*)**; szynka wieprzowa duszona 75g , ; ryż brązowy 150g , ; surówka z selera, jabłka i marchewki 150g , **(*MLE, SEL*)**; kompot b/c 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; polędwica miodowa 50.0g , ; sałatka jarzynowa 100g , **(*JAJ, MLE, SEL*)**; sałata zielona 10g , ; siemie lniane 2.0g , ; herbata b/c 200g , ;
II Śniadanie: jogurt naturalny 150g 1.0szt , **MLE**;	**Podwieczorek:** sok pomidorowy 330 ml 1.0szt , ;	**Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; szynka konserowa wieprzowa 30.0g , **GLU, SOJ**; rzodkiewka 40g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1967.90 kcal; Białko: 105.70 g; Tłuszcz: 59.32 g; Kw. tł. n: 23.58 g; Węglowodany: 275.21 g; suma cukrów prostych: 48.50 g; Błonnik pokarmowy: 43.68 g; Sód: 3791.47 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-10-11	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; ser biały półtłusty 100.0g , **MLE**; dżem owocowy 25 g 1.0szt , ; rukola 5.0g , ; pomidor 100g , ; herbata z cytryną i cukrem 200g , ; szynka konserowa wieprzowa 50.0g , **GLU, SOJ**;	rosół z makaronem 400g , **(*SEL*)**; filet drobiowy duszony w ziołach 80g , ; sos jarzynowy 100g , **(*GLU, SEL*)**; fasolka szparagowa z marchewką 120g , ; ziemniaki 200g , ; kompot 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; jajko w sosie chrzanowym 70g , **(*JAJ, MLE*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**; kurczak gotowany 50.0g , ; ogórek konserwowy 80.0g , ; **Posiłek nocny:** gruszka 200g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1903.15 kcal; Białko: 101.86 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw. tł. n: 22.04 g; Węglowodany: 260.36 g; suma cukrów prostych: 70.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.14 g; Sód: 2529.95 mg;		
niedziela 2026-10-11	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; hebrata z cytryną b/c 200g , ; ser biały półtłusty 100.0g , **MLE**; pomidor 80.0g , ; dżem owocowy 25 g 1.0szt , ; masło 82% 15g 1.0szt , **MLE**;	rosół z makaronem 400g , **(*SEL*)**; ziemniaki 200g , ; sos jarzynowy 100g , **(*GLU, SEL*)**; filet drobiowy duszony w ziołach 80g , ; fasolka szparagowa z marchewką 120g , ; kompot 250g , ; gruszka 200.0g , ;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; jaja 1.0szt , **JAJ**; szynka konserwowa drobiowa 30.0g , **SOJ**; sałata lodowa z pomidorem i marchewką 100g , ; herbata z cukrem 200g , ; **Posiłek nocny:** jogurt owocowy 150ml 1.0szt , **MLE**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1819.79 kcal; Białko: 79.21 g; Tłuszcz: 55.87 g; Kw. tł. n: 21.49 g; Węglowodany: 263.84 g; suma cukrów prostych: 64.87 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g; Sód: 1426.17 mg;		
niedziela 2026-10-11	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserowa wieprzowa 50.0g , **GLU, SOJ**; ser biały półtłusty 100.0g , **MLE**; rukola 5.0g , ; pomidor 100g , ; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**; **II Śniadanie:** kefir 150.0g , ;	rosół z makaronem 400g , **(*SEL*)**; filet drobiowy duszony w ziołach 80g , ; ziemniaki 200g , ; fasolka szparagowa z marchewką 120g , ; kompot b/c 250g , ; **Podwieczorek:** gruszka 200g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; jajko w sosie chrzanowym 70g , **(*JAJ, MLE*)**; kurczak gotowany 50.0g , ; sałata lodowa z pomidorem i marchewką 120g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ; **Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; sałata zielona 10g , ; szynka konserwowa drobiowa 30.0g , **SOJ**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2080.50 kcal; Białko: 114.39 g; Tłuszcz: 73.59 g; Kw. tł. n: 26.58 g; Węglowodany: 258.12 g; suma cukrów prostych: 56.05 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; Sód: 2633.98 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 30.0g , **SOJ**; papryka czerwona 80g , ; słonecznik łuskany 5.0g , ; pasta drobiowo - warzywna 100g , **(*SEL*)**; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**;	zupa grysikowa 400g , **(*GLU, SEL*)**; łazanki z makaronem pełnoziarnistym 400g , **(*GLU, SOJ*)**; cukinia na ciepło 150g , ; kompot 250g , ; jogurt owocowy 150ml 1.0szt , **MLE**;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; kiełbasa kminkowa 50.0g , **SOJ**; herbata z cukrem 200g , ; pomidor 80g , ; **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml 1.0szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1889.49 kcal; Białko: 82.42 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. n: 20.98 g; Węglowodany: 258.49 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Błonnik pokarmowy: 33.78 g; Sód: 2557.35 mg;		
poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; pasta drobiowo - warzywna 80g , **(*SEL*)**; szynka z liściem 30.0g , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**; sałata zielona 15.0g , ;	zupa grysikowa 400g , **(*GLU, SEL*)**; makaron z mięsem i warzywami 300g , **(*SEL*)**; cukinia na ciepło 150g , ; kompot b/c 250g , ;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; twarożek z koperkiem 100g , **(*MLE*)**; pomidor 80.0g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; **Posiłek nocny:** sok jabłkowy 200ml 1.0szt , ; herbatniki typu be be 14g 1.0szt , **GLU**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1859.03 kcal; Białko: 78.92 g; Tłuszcz: 53.98 g; Kw. tł. n: 20.22 g; Węglowodany: 277.36 g; suma cukrów prostych: 60.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.75 g; Sód: 1894.59 mg;		
poniedziałek 2026-10-12	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 30.0g , **SOJ**; pasta drobiowo - warzywna 100g , **(*SEL*)**; papryka czerwona 80g , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**; **II Śniadanie:** jabłko 200g , ;	zupa grysikowa 400g , **(*GLU, SEL*)**; filet drobiowy duszony w przyprawie paprykowej 80g , **(*GOR*)**; sos pietruszkowy 50g , **(*GLU, MLE*)**; kasza jęczmienna 150g , ; cukinia na ciepło 150g , ; kompot b/c 250g , ; **Podwieczorek:** sok wielowarzywny 330ml 1.0szt , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; pomidor 80g , ; herbata b/c 200g , ; kiełbasa kminkowa 50.0g , **SOJ**; **Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; polędwica sopocka 20.0g , **SOJ**; sałata zielona 10g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1918.62 kcal; Białko: 92.90 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. n: 21.40 g; Węglowodany: 256.39 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Błonnik pokarmowy: 53.86 g; Sód: 3075.61 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; jajko gotowane 50g , **(*JAJ*)**; szynka z liściem 30.0g , ; sałata lodowa z ogórkiem i pestkami dyni 100g , ; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**;	zupa brokułowa z makaronem 400g , **(*GLU, SEL*)**; kasza jęczmienna 150g , ; udko z kurczaka pieczone 180g , ; sos jarzynowy 100g , **(*GLU, SEL*)**; surówka wielowarzywna 150g , ; kompot 250g , ;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 40.0g , **SOJ**; sałatka z tuńczykiem 50g , **(*JAJ, MLE*)**; sałata zielona 10g , ; herbata z cukrem 200g , ; **Posiłek nocny:** deser mleczny z kaszy manny 150g , **(*GLU, MLE*)**; mandarynka 100.0g , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2103.25 kcal; Białko: 97.97 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. n: 25.56 g; Węglowodany: 280.68 g; suma cukrów prostych: 56.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.64 g; Sód: 2000.29 mg;		
wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; polędwica miodowa 40.0g , ; sałata lodowa z pomidorem 100g , ; jogurt naturalny 150g 1.0szt , **MLE**; herbata b/c 200g , ; jajko gotowane 50g , **(*JAJ*)**;	zupa brokułowa z makaronem 400g , **(*GLU, SEL*)**; udko z kurczaka pieczone 200g , ; kasza jęczmienna 150g , ; fasolka szparagowa z marchewką 150g , ; kompot b/c 250g , ; mandarynka 100.0g , ; sos jarzynowy 100g , **(*GLU, SEL*)**;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 50.0g , **SOJ**; sałata zielona 10g , ; hebrata z cytryną b/c 200g , ; sałatka z tuńczykiem 50g , **(*JAJ, MLE*)**; **Posiłek nocny:** deser z kaszy manny z dżemem 150g , **(*GLU, MLE*)**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2103.65 kcal; Białko: 99.14 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. n: 23.55 g; Węglowodany: 282.55 g; suma cukrów prostych: 51.60 g; Błonnik pokarmowy: 30.37 g; Sód: 2177.31 mg;		
wtorek 2026-10-13	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka z liściem 30.0g , ; jajko gotowane 50g , **(*JAJ*)**; ogórek zielony 80g , ; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**;	zupa brokułowa z makaronem 400g , **(*GLU, SEL*)**; udko z kurczaka pieczone 180g , ; sos koperkowy 50g , **(*GLU, MLE*)**; kasza jęczmienna 150g , ; surówka wielowarzywna 150g , ; kompot b/c 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; szynka konserwowa drobiowa 40.0g , **SOJ**; sałatka jarzynowa 100g , **(*JAJ, MLE, SEL*)**; sałata zielona 10g , ; herbata b/c 200g , ;
II Śniadanie: śliwka 100g , ;	**Podwieczorek:** sok pomidorowy 1.0szt , ;	**Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; papryka czerwona 40g , ; ser biały półtłusty 30.0g , **MLE**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2129.31 kcal; Białko: 104.92 g; Tłuszcz: 77.43 g; Kw. tł. n: 28.21 g; Węglowodany: 272.99 g; suma cukrów prostych: 54.45 g; Błonnik pokarmowy: 40.09 g; Sód: 2707.72 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Specjalistyczny w Mielcu

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: D01 Podstawowa**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)** ; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; zacierka na mleku 300g , **(*GLU, MLE*)**; kiełbasa kminkowa 50.0g , **SOJ**; papryka konserwowa 80.0g , ; rukola 5.0g , ; słonecznik łuskany 5.0g , ; herbata z cukrem 200g , ;	zupa barszcz czerowny z ziemniakami 400g , **(*GLU, SEL*)**; kotleciki ryżowe 140g 140g , **(*GLU, JAJ*)**; sos pieczarkowy 100g , **(*GLU, MLE*)**; surówka z kapusty kiszonej 150g , ; kompot 250g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; galaretka drobiowo - warzywna 200g , **(*SEL*)**; sałata zielona 5.0g , ; rzodkiewka 40.0g , ; dżem owocowy 25 g 1.0szt , ; kawa zbożowa z mlekiem 250g , **(*MLE*)**; **Posiłek nocny:** drożdżówka 1szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2242.47 kcal; Białko: 95.79 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. n: 28.81 g; Węglowodany: 313.40 g; suma cukrów prostych: 59.85 g; Błonnik pokarmowy: 34.15 g; Sód: 2673.28 mg;		
środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: D02 Łatwostrawna**	
zacierka na mleku 300g , **(*GLU, MLE*)**; chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; galaretka wieprzowo - warzywna 200g , **(*SEL*)**; cytryna 2.0g , ; pomidor 80.0g , ; herbata b/c 200g , ;	zupa barszcz czerowny z ziemniakami 400g , **(*GLU, SEL*)**; ryż z jabłkami 300g , **(*MLE*)**; kompot 250g , ;	chleb zwykły 90g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; sałata zielona 10.0g , ; herbata b/c 200g , ; serek ziarnisty 1.0szt , **MLE**; **Posiłek nocny:** drożdżówka 1szt , ;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 1941.89 kcal; Białko: 78.28 g; Tłuszcz: 50.13 g; Kw. tł. n: 25.39 g; Węglowodany: 305.87 g; suma cukrów prostych: 43.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g; Sód: 1730.63 mg;		
środa 2026-10-14	**Jadłospis dla diety: D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**	
chleb graham 100g , **(*GLU*)** ; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; twarożek z cebulką 80g , **(*MLE*)**; kiełbasa kminkowa 30.0g , **SOJ**; kakao b/c 250g , **(*MLE*)**; pomidor 40g , ;	zupa barszcz czerowny z ziemniakami 400g , **(*GLU, SEL*)**; sos pieczarkowy 100g , **(*GLU, MLE*)**; surówka z kapusty kiszonej 150g , ; kompot b/c 250g , ; schab pieczony 80g , ; ryż brązowy 150.0g , ;	chleb graham 100g , **(*GLU*)**; masło 82% 10g 1.0szt , **MLE**; galaretka drobiowo - warzywna 200g , **(*SEL*)**; papryka czerwona 40g , ; herbata b/c 200g , ;
II Śniadanie: pomarańcza 200g , ;	**Podwieczorek:** wafle ryżowe 15.0g , ;	**Posiłek nocny:** chleb graham 30g , **(*GLU*)**; margaryna 8.0g , ; ogórek zielony 40g , ; polędwica sopocka 30.0g , **SOJ**;
Wartości odżywcze: Wart. en.: 2392.60 kcal; Białko: 123.04 g; Tłuszcz: 69.63 g; Kw. tł. n: 26.93 g; Węglowodany: 341.98 g; suma cukrów prostych: 49.77 g; Błonnik pokarmowy: 47.43 g; Sód: 2151.72 mg;		