

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Kakao 250ml ( <i>BIA</i> ), Chleb pszenno- żytni 100g, Bulka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Pasta twarogowa pomidorowa 100g ( <i>BIA</i> ), Szynka wieprzowa 50g, Papryka 50g, Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml ( <i>BIA</i> ),	Grochówka 300ml ( <i>GLU, SEZ, SO</i> ), Nale niki z serem 300g ( <i>BIA, GLU</i> ), Mus jabłkowy 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Pasta mi sno-warzywna 100g ( <i>SEZ</i> ), Pomidor 50g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ),
		<b>Posiłki nocny:</b> Skyr smakowy 150g ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2898.01 kcal; Bialko: 154.52g : 74.71 g : 390.82g : 3506.22mg : 23.66g cukry proste: 120.13g kw tł. nasycone: 37.04g

<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Kakao 250ml ( <i>BIA</i> ), Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bulka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Szynka wieprzowa 70g, Pomidor b/s 50g, Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml ( <i>BIA</i> ),	Zupa ziemniaczana 300ml ( <i>BIA, SEZ</i> ), Nale niki z serem 300g ( <i>BIA, GLU</i> ), Mus jabłkowy 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Pasta mi sno-warzywna 100g ( <i>SEZ</i> ), Pomidor 50g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ),
		<b>Posiłki nocny:</b> Skyr smakowy 150g ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2592.81 kcal; Bialko: 130.89g : 72.55g : 345.43g : 3361.36mg : 18.97g cukry proste: 114.49g kw tł. nasycone: 35.96g

<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tław przysw w g. S</b>		
Kakao 250ml ( <i>BIA</i> ), Chlebrazowy 200g, Masło 20g, Pasta twarogowa pomidorowa 100g ( <i>BIA</i> ), Szynka wieprzowa 50g, Rzodkiewka 50g, Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 300ml ( <i>BIA</i> ),	Grochówka 300ml ( <i>GLU, SEZ, SO</i> ), Nale niki z serem 300g ( <i>BIA, GLU</i> ), Mus jabłkowy 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Pasta mi sno-warzywna 100g ( <i>SEZ</i> ), Pomidor 50g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ),
		<b>Posiłki nocny:</b> Skyr smakowy 150g ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2610.10kcal; Bialko: 146.35g : 77.73g : 315.42g : 3103.22mg : 32.41g cukry proste: 119.15g kw tł. nasycone: 37.24g

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenno- ytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Hummus 100g, Szyńka gotowana 50g, Ogórek kiszony 50g, Zupa mleczna z zacierk 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Krupnik z kasz j czmienn 300ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Pulpety drobiowe gotowane 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos pomidorowy 100g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 300g, Surówka z kapusty peki skiej 150g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Mozzarella 50g, Pomidor 50g, Salami 100g,
		<b>Posilek nocny:</b> Serek homogenizowany 150g ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2897.85kcal; Bialko: 120.91g : 100.54g : 365.86g : 3282.52mg : 23.44g cukry proste: 67.76g kw t. nasycone: 38.44g

<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bułka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Szyńka gotowana 50g, Pomidor b/s 50g, Zupa mleczna z zacierk 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Krupnik z kasz j czmienn 300ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Pulpety drobiowe gotowane 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos pomidorowy 100g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 300g, Marchew gotowana 150g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Mozzarella 50g, Pomidor 50g, Szyńka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ),
		<b>Posilek nocny:</b> Serek homogenizowany 150g ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2239.29kcal; Bialko: 102.50g : 64.92g : 301.70g : 2440.50mg : 20.11g cukry proste: 64.43g kw t. nasycone: 32.07g

<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tław przysw w gl. S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb razowy 200g, Masło 20g, Hummus 100g, Szyńka gotowana 50g, Ogórek kiszony 50g, Zupa mleczna z zacierk 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Krupnik z kasz j czmienn 300ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Pulpety drobiowe gotowane 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos pomidorowy 100g ( <i>GLU</i> ), Ziemniaki 300g, Surówka z kapusty peki skiej 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Mozzarella 50g, Pomidor 50g, Salceson 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Serek homogenizowany 150g ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2348.47kcal; Bialko: 102.36g : 87.49g : 272.50g : 2575.54mg : 30.53g cukry proste: 64.64g kw t. nasycone: 35.49g

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>roda 2026-04-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszeno- ytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Szyńka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ), Ser dty 100g ( <i>BIA</i> ), Rzodkiewka 50g, Zupa mleczna z pl. j czmiennymi 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa pomidorowa z ry em 300ml ( <i>BIA, SE</i> ), Schab pieczony 150g, Sos pieczeniowy 100g ( <i>BIA, GLU</i> ), Buraczki gotowane 100g, Ziemniaki 300g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Jajko gotowane 50g ( <i>JAJ</i> ), Pol dwica sopočka 50g, Ogórek zielony 50g, D em 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Kisiel ekspresowy 1szt,

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2878.23kcal; Bialko: 147.70g : 83.24g : 373.35g : 3874.81 mg : 23.32g cukry proste: 93.47g kw t. nasycone: 41.00g

<b>roda 2026-04-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bułka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Serek homogenizowany waniliowy 100g ( <i>BIA</i> ), Pomidor b/s 50g, Zupa mleczna z pl. j czmiennymi 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa pomidorowa z ry em 300ml ( <i>BIA, SE</i> ), Filet drobiowy gotowany 100g, Sos koperkowy 100g ( <i>GLU</i> ), Buraczki gotowane 100g, Ziemniaki 300g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Jajko gotowane 50g ( <i>JAJ</i> ), Pol dwica sopočka 20g, Pomidor b/s 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Kisiel ekspresowy 1szt,

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2380.00kcal; Bialko: 110.19g : 63.21g : 331.19g : 2141.60mg : 23.61g cukry proste: 84.04g kw t. nasycone: 25.93g

<b>roda 2026-04-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tław przysw w g. S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb razowy 200g, Masło 20g, Szyńka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ), Ser dty 50g ( <i>BIA</i> ), Rzodkiewka 50g, Zupa mleczna z pl. j czmiennymi 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa pomidorowa z ry em 300ml ( <i>BIA, SE</i> ), Schab pieczony 150g, Sos pieczeniowy 100g ( <i>BIA, GLU</i> ), Buraczki gotowane 100g, Ziemniaki 300g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Jajko gotowane 50g ( <i>JAJ</i> ), Pol dwica sopočka 50g, Ogórek zielony 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Kisiel ekspresowy 1szt,

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2354.81 kcal; Bialko: 125.43g : 74.71g : 279.40g : 3022.31 mg : 31.67g cukry proste: 73.94g kw t. nasycone: 34.35g

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Herbata 250ml, Chleb pszenno- żytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <b>GLU</b> ), Masło 20g, Szyńka wieprzowa 50g, Ser dity 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórek zielony 50g, Zupa mleczna z płac owsianymi 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ), Makaron z sosem mietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Brokuły gotowane 200g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Masło 20g, Ser biały wplastrach 70g ( <b>BIA</b> ), Ogórek konserw 50g ( <b>GOR</b> ), Pasztecik drobiowy 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
		<b>Posilek nocny:</b> Ry na mleku 1szt,

**Warto ci od ywzce:** Wart en.: 2920.71 kcal; Bialko: 120.82g : 72.76g : 433.99g : 3742.09mg : 27.53g cukry proste: 85.73g kw tł. nasycone: 33.21 g

<b>czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Herbata 250ml, Chleb pszenny 60g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Bułka pszenna 60g ( <b>GLU</b> ), Masło 20g, Szyńka wieprzowa 50g, Pomidor b/s 50g, Zupa mleczna z płac owsianymi 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ), Makaron z sosem mietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Brokuły gotowane 200g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <b>GLU, JAJ</b> ), Masło 20g, Ser biały wplastrach 70g ( <b>BIA</b> ), Ogórek konserw 50g ( <b>GOR</b> ),
		<b>Posilek nocny:</b> Ry na mleku 1szt,

**Warto ci od ywzce:** Wart en.: 2443.88 kcal; Bialko: 94.83g : 50.24g : 390.69g : 2690.18mg : 25.00g cukry proste: 84.16g kw tł. nasycone: 24.39g

<b>czwartek 2026-04-30 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tław przysw w g. S</b>		
Herbata 250ml, Chleb razowy 200g, Masło 20g, Szyńka wieprzowa 50g, Ser dity 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórek zielony 50g, Zupa mleczna z płac owsianymi 300ml ( <b>BIA, GLU</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>BIA, GLU, SEZ</b> ), Makaron z sosem mietanowo-szpinakowym z kurczakiem 300g ( <b>BIA, GLU, JAJ</b> ), Brokuły gotowane 200g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <b>GLU</b> ), Masło 20g, Ser biały wplastrach 70g ( <b>BIA</b> ), Ogórek konserw 50g ( <b>GOR</b> ), Pasztecik drobiowy 50g ( <b>GLU, JAJ</b> ),
		<b>Posilek nocny:</b> Ry na mleku 1szt,

**Warto ci od ywzce:** Wart en.: 2632.79 kcal; Bialko: 112.65g : 75.78g : 358.59g : 3339.09mg : 36.28g cukry proste: 84.76g kw tł. nasycone: 33.41 g

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
śniadanie	Obiad	Kolacja
<b>pi tek 20260501 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszemno- żytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Polędwica sopocka 50g, Pasta z jaj 100g ( <i>BIA, JAJ</i> ), Pomidor 50g, Zupa mleczna z kaszką manną 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), Ryba panierowana 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Twarożek z koperkiem 100g ( <i>BIA</i> ), Ogórek zielony 50g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SOJ</i> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 120g,

**Wartości odżywcze:** Wartość en.: 2902.01 kcal; Białko: 131.97g : 94.86g : 364.51g : 3119.13mg : 30.98g; cukry proste: 73.58g; kw. tł. nasycone: 31.36g

<b>pi tek 20260501 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bułka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Polędwica sopocka 20g, Pasta z jaj 100g ( <i>BIA, JAJ</i> ), Pomidor b/s 50g, Zupa mleczna z kaszką manną 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), Ryba pieczona w ziołach 100g ( <i>RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Marchew gotowana 150g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Twarożek z koperkiem 70g ( <i>BIA</i> ), Pomidor b/s 50g, Szynka drobiowa 20g ( <i>SOJ</i> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Herbatniki 50g ( <i>GLU, JAJ</i> ),

**Wartości odżywcze:** Wartość en.: 2563.82 kcal; Białko: 103.66g : 76.16g : 353.05g : 2327.54mg : 26.40g; cukry proste: 87.47g; kw. tł. nasycone: 28.40g

<b>pi tek 20260501 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tłuszczu przysw. w g. S</b>		
Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb razowy 200g, Masło 20g, Polędwica sopocka 50g, Pasta z jaj 100g ( <i>BIA, JAJ</i> ), Pomidor 50g, Zupa mleczna z kaszką manną 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), Ryba panierowana 120g ( <i>GLU, RYB</i> ), Ziemniaki 300g, Surówka z kapusty kiszzonej i marchewki 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Twarożek z koperkiem 70g ( <i>BIA</i> ), Ogórek zielony 50g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SOJ</i> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> Gruszka 120g,

**Wartości odżywcze:** Wartość en.: 2552.84 kcal; Białko: 117.59g : 95.45g : 286.45g : 2699.45mg : 37.89g; cukry proste: 71.28g; kw. tł. nasycone: 30.19g

Dietyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>sobota 2026-05-02 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Herbata 250ml, Chleb pszenno- żytni 100g, Bułka pszenna 80g (GLU), Masło 20g, Salatką jarzynowa 80g (BIA, JAI, SEL, GOR), Szyńka gotowana 100g, Pomidor 50g, Zupa mleczna z ry em 300ml (BIA),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (BIA, SEL), Gulasz po w giersku duszony 180g, Kasza gryczana 200g, Surówka coleslaw 100g (JAI, GOR), Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g (GLU, JAI), Masło 20g, Szyńka drobiowa 50g (SOJ), Hummus 80g, Ogórek kiszony 50g,
		Posiłek nočný: Jogurt naturalny 150g (BIA),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2971.13kcal; Białko: 127.48g : 105.10g : 365.16g : 4308.21 mg : 28.06g cukry proste: 70.68g kw tł. nasycone: 33.19g

<b>sobota 2026-05-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Herbata 250ml, Chleb pszenny 60g (GLU, JAI), Bułka pszenna 60g (GLU), Masło 20g, Szyńka gotowana 70g, Pomidor b/ś 50g, Zupa mleczna z ry em 300ml (BIA),	Zupa koperkowa z ry em 300ml (BIA, GLU, SEL), Gulasz drobiowy 150g (BIA, GLU), Kasza j czmienna 200g (GLU), Bukiet jarzyn gotowanych 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g (GLU, JAI), Masło 20g, Szyńka drobiowa 50g (SOJ), Serek kanapkowy 50g (BIA, GLU), Pomidor b/ś 50g,
		Posiłek nočný: Jogurt naturalny 150g (BIA),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2193.33kcal; Białko: 105.93g : 56.39g : 304.42g : 2902.38 mg : 23.45g cukry proste: 54.02g kw tł. nasycone: 25.98g

<b>sobota 2026-05-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tław przysw w g. S</b>		
Herbata 250ml, Chleb razowy 200g, Masło 20g, Salatką jarzynowa 80g (BIA, JAI, SEL, GOR), Szyńka gotowana 100g, Pomidor 50g, Zupa mleczna z ry em 300ml (BIA),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400ml (BIA, SEL), Gulasz po w giersku duszony 180g, Kasza gryczana 200g, Surówka coleslaw 100g (JAI, GOR), Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g (GLU), Masło 20g, Szyńka drobiowa 50g (SOJ), Hummus 80g, Ogórek kiszony 50g,
		Posiłek nočný: Jogurt naturalny 150g (BIA),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2683.22kcal; Białko: 119.31g : 108.12g : 289.77g : 3905.21 mg : 36.81g cukry proste: 69.70g kw tł. nasycone: 33.39g

Dietyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>niezdiela 2026-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenno- ytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Serek ziarnisty 50g ( <i>BIA</i> ), Kielbasa ywiecka 50g, Pomidor 50g, Zupa mleczna z platkami kukurydzianymi 300ml ( <i>BIA</i> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Filet drobiu panierowany 130g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Puree ziemniaczane 300g ( <i>BIA</i> ), Buraczki gotowane 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Parówki drobiowe 60g, Pomidor 60g, Ketchup 10g, Ser dły 50g ( <i>BIA</i> ), Ogórek zielony 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Babka piaskowa 50g ( <i>GLU, JAJ</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en.: 3218.60kcal; Bialko: 142.09g : 111.20g : 401.52g : 4024.86mg : 22.63g cukry proste: 95.45g kw t. nasycone: 47.43g

<b>niezdiela 2026-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bułka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Serek ziarnisty 50g ( <i>BIA</i> ), Pomidor bś 50g, Zupa mleczna z platkami kukurydzianymi 300ml ( <i>BIA</i> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Filet drobiowy gotowany 100g, Puree ziemniaczane 300g ( <i>BIA</i> ), Buraczki gotowane 100g, Kompot 250ml, Sos pietruszkowy 100g ( <i>GLU</i> ),	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Szynea drobiowa 70g ( <i>SOZ</i> ), Pomidor bś 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Babka piaskowa 50g ( <i>GLU, JAJ</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en.: 2564.22kcal; Bialko: 122.59g : 60.97g : 365.88g : 2754.56mg : 31.56g cukry proste: 94.42g kw t. nasycone: 30.85g

<b>niezdiela 2026-05-03</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatw przysw w gl. S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb razowy 200g, Masło 20g, Serek ziarnisty 50g ( <i>BIA</i> ), Kielbasa ywiecka 50g, Pomidor 50g, Zupa mleczna z platkami kukurydzianymi 300ml ( <i>BIA</i> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Filet drobiu panierowany 130g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Puree ziemniaczane 300g ( <i>BIA</i> ), Buraczki gotowane 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Parówki drobiowe 60g, Pomidor 60g, Ketchup 10g, Ser dły 50g ( <i>BIA</i> ), Ogórek zielony 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Babka piaskowa 50g ( <i>GLU, JAJ</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en.: 2930.68kcal; Bialko: 133.92g : 114.23g : 326.13g : 3621.86mg : 31.38g cukry proste: 94.47g kw t. nasycone: 47.63g

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Herbata 250ml, Chleb pszenno- żytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ), Ser biały wplastrach 70g ( <i>BIA</i> ), Salata 20g, Zupa mleczna z płac owsianymi 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	urek 300ml ( <i>GLU, SEL, SO</i> ), Kopytka z twarogiem 300g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kompot 250ml, Sos owocowy na ciepło 100g,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Szynka gotowana 50g, Jajko gotowane 100g ( <i>JAJ</i> ), Papryka konserwowa 50g ( <i>GOR</i> ),
		<b>Positek nocny:</b> Budy ekspresowy 1szt ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2920.28kcal; Bialko: 138.30g : 97.23g : 363.63g : 3131.16mg : 19.57g cukry proste: 87.43g kw tl. nasycone: 50.12g

<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Herbata 250ml, Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bułka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Szynka drobiowa 70g ( <i>SO</i> ), Salata 20g, Zupa mleczna z płac owsianymi 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa grysikowa 300ml ( <i>BIA, GLU, SEL</i> ), Kopytka z twarogiem 300g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kompot 250ml, Sos owocowy na ciepło 100g,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Szynka gotowana 20g, Jajko gotowane 50g ( <i>JAJ</i> ), Pomidor b/s 50g,
		<b>Positek nocny:</b> Budy ekspresowy 1szt ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2535.89kcal; Bialko: 109.54g : 82.38g : 331.23g : 2413.86mg : 16.87g cukry proste: 83.16g kw tl. nasycone: 44.56g

<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tław przysw w g. S</b>		
Herbata 250ml, Chleb razowy 200g, Masło 20g, Szynka drobiowa 50g ( <i>SO</i> ), Ser biały wplastrach 70g ( <i>BIA</i> ), Salata 20g, Zupa mleczna z płac owsianymi 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	urek 300ml ( <i>GLU, SEL, SO</i> ), Kopytka z twarogiem 300g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kompot 250ml, Sos owocowy na ciepło 100g,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Szynka gotowana 50g, Jajko gotowane 100g ( <i>JAJ</i> ), Papryka konserwowa 50g ( <i>GOR</i> ),
		<b>Positek nocny:</b> Budy ekspresowy 1szt ( <i>BIA</i> ),

**Warto ci od ywze:** Wart en: 2632.36kcal; Bialko: 130.12g : 100.26g : 288.24g : 2728.16mg : 28.32g cukry proste: 86.45g kw tl. nasycone: 50.33g

Dietyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>wtorek 2026-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenno- ytni 100g, Bułka pszenna 80g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Pasta z ryby gotowanej 50g ( <i>RYB</i> ), Ser dity 50g ( <i>BIA</i> ), Ogórek konserw 50g ( <i>GOR</i> ), Zupa mleczna z kaszk mann 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa szpinakowa z zacierk 300ml ( <i>BIA, GLU, SEZ</i> ), Gól bki z mi sem i ry em 250g ( <i>JAJ</i> ), Sos pomidorowy 100g ( <i>GLU</i> ), Brokuły gotowane 200g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Pol dwica sopočka 50g, Pomidor 60g, Serek kanapkowy 50g ( <i>BIA, GLU</i> ),
		Positek nocny: Sucharki 30g ( <i>GLU</i> ),

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 3036.03 kcal; Bialko: 152.09g : 112.64g : 340.97 g : 3873.77 mg : 25.27 g cukry proste: 64.51 g kw t. nasycone: 42.07 g

<b>wtorek 2026-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb pszenny 60g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Bułka pszenna 60g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Pasta z ryby gotowanej 50g ( <i>RYB</i> ), Pomidor b/s 50g, Zupa mleczna z kaszk mann 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa szpinakowa z zacierk 300ml ( <i>BIA, GLU, SEZ</i> ), Gól bki z mi sem i ry em 200g ( <i>JAJ</i> ), Sos pomidorowy 100g ( <i>GLU</i> ), Brokuły gotowane 200g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Masło 20g, Pol dwica sopočka 50g, Pomidor 60g,
		Positek nocny: Sucharki 30g ( <i>GLU</i> ),

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2458.24 kcal; Bialko: 111.19g : 88.74g : 292.56g : 2365.24 mg : 22.82g cukry proste: 60.68g kw t. nasycone: 30.64g

<b>wtorek 2026-05-05</b> <b>Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem tłuszczu przysw w g. S</b>		
Kawa zbo owa z mlekiem 250ml ( <i>BIA, GLU</i> ), Chleb razowy 200g, Masło 20g, Pasta z ryby gotowanej 50g ( <i>RYB</i> ), Ser dity 50g ( <i>BIA</i> ), Ogórek konserw 50g ( <i>GOR</i> ), Zupa mleczna z kaszk mann 300ml ( <i>BIA, GLU</i> ),	Zupa szpinakowa z zacierk 300ml ( <i>BIA, GLU, SEZ</i> ), Gól bki z mi sem i ry em 250g ( <i>JAJ</i> ), Sos pomidorowy 100g ( <i>GLU</i> ), Brokuły gotowane 200g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g ( <i>GLU</i> ), Masło 20g, Pol dwica sopočka 50g, Pomidor 60g, Serek kanapkowy 50g ( <i>BIA, GLU</i> ),
		Positek nocny: Sucharki 30g ( <i>GLU</i> ),

**Warto ci od ywzce:** Wart en: 2748.11 kcal; Bialko: 143.91g : 115.67g : 265.58g : 3470.77 mg : 34.02g cukry proste: 63.54g kw t. nasycone: 42.28g

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital Siemianowice		
niadanie	Obiad	Kolacja
<b>roda 2026-05-06 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa S</b>		
Herbata bez cukru 250ml, Chleb pszenno- ytni 100g, Bulka pszenna 80g (GLU), Masło 20g, Pasta twarogowa z rzodkiewk 100g (BIA), Szynka gotowana 50g, Pomidor 50g, Zupa mleczna z pt. j czmiennymi 300ml (BIA, GLU),	Zupa koperkowa z ry em 300ml (BIA, GLU, SED), Paleczki z kurczaka pieczone 250g, Ziemniaki 300g, Surówka z czerwonej kapusty 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g (GLU, JAJ), Masło 20g, Szynka drobiowa 50g (SD), Pomidor 60g, Ser topiony 50g (BIA),
		<b>Posilek nocny:</b> Skyr smakowy 100g (BIA),

**Warto ci od ywze:** Wart en.: 2908.96kcal; Bialko: 148.09g : 102.26g : 335.66g : 3784.54mg : 27.82g cukry proste: 63.85g kw t. nasycone: 47.55g

<b>roda 2026-05-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna S</b>		
Herbata bez cukru 250ml, Chleb pszenny 60g (GLU, JAJ), Bulka pszenna 60g (GLU), Masło 20g, Twaro ek na slodko ze mietank 100g (BIA), D em 30g, Zupa mleczna z pt. j czmiennymi 300ml (BIA, GLU),	Zupa koperkowa z ry em 300ml (BIA, GLU, SED), Paleczki z kurczaka gotowane 200g, Ziemniaki 300g, Marchew gotowana 100g, Kompot 250ml, Sos biały 100g (BIA, GLU),	Herbata 250ml, Chleb pszenny 150g (GLU, JAJ), Masło 20g, Szynka drobiowa 50g (SD), Pomidor 60g,
		<b>Posilek nocny:</b> Skyr smakowy 150g (BIA),

**Warto ci od ywze:** Wart en.: 2123.86kcal; Bialko: 94.55g : 56.56g : 297.83g : 2301.73mg : 23.44g cukry proste: 55.78g kw t. nasycone: 26.92g

<b>roda 2026-05-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatw przysw w gl. S</b>		
Herbata bez cukru 250ml, Chleb razowy 200g, Masło 20g, Pasta twarogowa z rzodkiewk 100g (BIA), Szynka gotowana 50g, Pomidor 50g, Zupa mleczna z pt. j czmiennymi 300ml (BIA, GLU),	Zupa koperkowa z ry em 300ml (BIA, GLU, SED), Paleczki z kurczaka pieczone 250g, Ziemniaki 300g, Surówka z czerwonej kapusty 100g, Kompot 250ml,	Herbata 250ml, chleb graham 150g (GLU), Masło 20g, Szynka drobiowa 50g (SD), Pomidor 60g, Ser topiony 50g (BIA),
		<b>Posilek nocny:</b> Skyr smakowy 150g (BIA),

**Warto ci od ywze:** Wart en.: 2490.29kcal; Bialko: 123.63g : 101.77g : 251.69g : 3360.10mg : 36.65g cukry proste: 52.07g kw t. nasycone: 45.32g

Dietetyk

.....