Gomi Żywienie Sp. z o.o.
ul. Modrzewiowa 4
24-320 Poniatowa
NIP: 7171840940 Regon: 525613130
tel:(81)8204338
email: gomi.biuro@gmail.com
mgr Gabriela Rymarowicz
Dietetyk

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Makaron na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Gruszka 1szt ,	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Kasza gryczana gotowana 200g , Sos pieczarkowy 150g (***GLUTEN , MLEKO***), Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i papryką konserwową 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2279.63 kcal; Białko ogółem: 76.58 g; Tłuszcz: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 434.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.31 g; Sód: 1604.84 mg; suma cukrów: 71.81 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Makaron na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Gruszka pieczona 1szt ,	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Kasza jęczmienna gotowana 200g (***GLUTEN , MLEKO***), Sos warzowno-mięsny (drobiowy) 150g (***GLUTEN , SELER***), Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2374.88 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 64.28 g; Węglowodany ogółem: 366.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g; kw.tłuszcz.nasycone: 25.39 g; Sód: 1656.21 mg; suma cukrów: 69.67 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Gruszka 1szt ,	Zupa ogórkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Kasza gryczana gotowana 200g , Sos pieczarkowy 150g (***GLUTEN , MLEKO***), Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g (***MLEKO***), Kompot b/cukru 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , IIK Chleb razowy żytni 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i papryką konserwową 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2280.34 kcal; Białko ogółem: 77.98 g; Tłuszcz: 79.62 g; Węglowodany ogółem: 419.67 g; Błonnik pokarmowy: 55.63 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.34 g; Sód: 1993.76 mg; suma cukrów: 28.43 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , SELER***), Kasza jęczmienna gotowana 200g (***GLUTEN , MLEKO***), Sos warzowno-mięsny (drobiowy) 150g (***GLUTEN , SELER***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2264.88 kcal; Białko ogółem: 86.64 g; Tłuszcz: 59.46 g; Węglowodany ogółem: 360.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; kw.tłuszcz.nasycone: 20.16 g; Sód: 1360.52 mg; suma cukrów: 55.78 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , SELER***), Kasza jęczmienna gotowana 200g (***GLUTEN , MLEKO***), Sos warzowno-mięsny (drobiowy) 150g (***GLUTEN , SELER***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2209.66 kcal; Białko ogółem: 86.54 g; Tłuszcz: 53.05 g; Węglowodany ogółem: 361.17 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; kw.tłuszcz.nasycone: 14.38 g; Sód: 1359.34 mg; suma cukrów: 55.69 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , SELER***), Kasza jęczmienna gotowana 200g (***GLUTEN , MLEKO***), Sos warzowno-mięsny (drobiowy) 150g (***GLUTEN , SELER***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i sałatą 20g/ 80g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),

Wartości odżywcze: Energia: 2281.39 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 57.17 g; Węglowodany ogółem: 369.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.79 g; kw.tłuszcz.nasycone: 14.54 g; Sód: 1498.00 mg; suma cukrów: 49.17 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Płatki owsiane na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Mandarynki 2szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Pieczeń wieprzowa 100g (***GLUTEN , JAJA***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Ogórek świeży 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 90g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2769.36 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 105.44 g; Węglowodany ogółem: 381.88 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; kw.tłuszcz.nasycone: 40.45 g; Sód: 1942.93 mg; suma cukrów: 94.62 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Płatki owsiane na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Mandarynki 2szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Pieczeń wieprzowa 100g (***GLUTEN , JAJA***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2776.61 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 105.01 g; Węglowodany ogółem: 384.63 g; Błonnik pokarmowy: 27.15 g; kw.tłuszcz.nasycone: 40.43 g; Sód: 1930.82 mg; suma cukrów: 92.92 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Mandarynki 2szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Pieczeń wieprzowa 100g (***GLUTEN , JAJA***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Surówka z k. pekińskiej i marchwi z olejem 150g , Kompot b/cukru 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Ogórek świeży 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , Kefir 1g (***MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 90g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Kiwi 1szt. 60g ,	**Posiłek nocny:** Pieczywo chrupkie żytnie 20g (***GLUTEN***),

Wartości odżywcze: Energia: 2327.06 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 92.89 g; Węglowodany ogółem: 316.77 g; Błonnik pokarmowy: 45.64 g; kw.tłuszcz.nasycone: 35.31 g; Sód: 2040.09 mg; suma cukrów: 35.38 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Pieczeń wieprzowa 100g (***GLUTEN , JAJA***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Bukiet warzyw gotowany 150g , Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2704.60 kcal; Białko ogółem: 97.35 g; Tłuszcz: 103.86 g; Węglowodany ogółem: 377.49 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; kw.tłuszcz.nasycone: 38.16 g; Sód: 2019.09 mg; suma cukrów: 70.91 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-11-05	Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)	
Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Pieczeń wieprzowa 100g (***GLUTEN , JAJA***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Bukiet warzyw gotowany 150g , Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2649.38 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 97.45 g; Węglowodany ogółem: 377.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.28 g; kw.tłuszcz.nasycone: 32.39 g; Sód: 2017.91 mg; suma cukrów: 70.82 g;

czwartek 2026-11-05	Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Pieczeń wieprzowa 100g (***GLUTEN , JAJA***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Bukiet warzyw gotowany 150g , Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2491.42 kcal; Białko ogółem: 71.62 g; Tłuszcz: 90.95 g; Węglowodany ogółem: 360.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.26 g; Sód: 1454.99 mg; suma cukrów: 69.52 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Ryż na mleku 400ml (***MLEKO***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Jaja 2szt (***JAJA***), Sos tatarski 20g (***JAJA, MLEKO , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Budyń 200ml (***GLUTEN , MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2508.85 kcal; Białko ogółem: 85.97 g; Tłuszcz: 79.52 g; Węglowodany ogółem: 374.47 g; Błonnik pokarmowy: 35.14 g; kw.tłuszcz.nasycone: 29.58 g; Sód: 1775.75 mg; suma cukrów: 126.35 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Ryż na mleku 400ml (***MLEKO***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Kompot 300ml ,	Jaja 2szt (***JAJA***), Sos tatarski 20g (***JAJA, MLEKO , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Budyń 200ml (***GLUTEN , MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2656.31 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 86.74 g; Węglowodany ogółem: 392.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.27 g; kw.tłuszcz.nasycone: 29.75 g; Sód: 1517.98 mg; suma cukrów: 127.31 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Pasta z ciecierzycy 80g , Sałata zielona 20g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml (***SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa pieczarkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Surówka z kapusty kiszonej z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Jaja 2szt (***JAJA***), Sos tatarski 20g (***JAJA, MLEKO , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2286.77 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 79.76 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; Błonnik pokarmowy: 48.06 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.39 g; Sód: 1902.31 mg; suma cukrów: 53.96 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , JAJA, MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Kisiel 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2382.46 kcal; Białko ogółem: 72.29 g; Tłuszcz: 73.79 g; Węglowodany ogółem: 372.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; kw.tłuszcz.nasycone: 23.89 g; Sód: 1377.43 mg; suma cukrów: 106.10 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , JAJA, MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Kisiel 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2327.24 kcal; Białko ogółem: 72.19 g; Tłuszcz: 67.37 g; Węglowodany ogółem: 372.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.79 g; kw.tłuszcz.nasycone: 18.11 g; Sód: 1376.26 mg; suma cukrów: 106.01 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło roślinne 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , JAJA, MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Kompot 300ml ,	Jaja 2szt (***JAJA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i pomidorem 50g/ 110g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Kisiel 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2364.68 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 77.59 g; Węglowodany ogółem: 349.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.66 g; kw.tłuszcz.nasycone: 19.58 g; Sód: 1602.03 mg; suma cukrów: 70.11 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Papryka czerwona konserwowa 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza jaglana na mleku 400ml (***MLEKO***), Herbata 300ml , Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Gulasz wieprzowy 150g (***GLUTEN , SELER***), Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Pasztet drobiowy 50g (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ogórek kiszony 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2290.52 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 83.06 g; Węglowodany ogółem: 304.52 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; kw.tłuszcz.nasycone: 33.22 g; Sód: 2576.94 mg; suma cukrów: 78.99 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza jaglana na mleku 400ml (***MLEKO***), Herbata 300ml , Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Gulasz wieprzowy 150g (***GLUTEN , SELER***), Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Pasztet drobiowy 50g (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2289.44 kcal; Białko ogółem: 99.65 g; Tłuszcz: 82.87 g; Węglowodany ogółem: 305.54 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; kw.tłuszcz.nasycone: 33.23 g; Sód: 2261.31 mg; suma cukrów: 77.96 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Papryka czerwona konserwowa 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml (***SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa z zielonego groszku z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Gulasz wieprzowy 150g (***GLUTEN , SELER***), Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot b/cukru 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Ogórek kiszony 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml , IIK Chleb razowy 50g z margaryną roślinną 10g i hummusem 30g i pomidorem 50g 140g (***GLUTEN , MLEKO***),
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Sok pomidorowy 100% 200ml ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2257.73 kcal; Białko ogółem: 88.82 g; Tłuszcz: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 303.56 g; Błonnik pokarmowy: 50.90 g; kw.tłuszcz.nasycone: 31.59 g; Sód: 2464.76 mg; suma cukrów: 45.60 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Gulasz wieprzowy 150g (***GLUTEN , SELER***), Buraczki gotowane 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2193.56 kcal; Białko ogółem: 82.12 g; Tłuszcz: 76.42 g; Węglowodany ogółem: 310.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.19 g; Sód: 1612.54 mg; suma cukrów: 69.31 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Gulasz wieprzowy 150g (***GLUTEN , SELER***), Buraczki gotowane 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2138.34 kcal; Białko ogółem: 82.02 g; Tłuszcz: 70.01 g; Węglowodany ogółem: 310.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.41 g; Sód: 1611.36 mg; suma cukrów: 69.22 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Gulasz wieprzowy 150g (***GLUTEN , SELER***), Buraczki gotowane 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i sałatą 20g/ 80g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2248.50 kcal; Białko ogółem: 74.44 g; Tłuszcz: 73.19 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g; kw.tłuszcz.nasycone: 20.91 g; Sód: 1404.54 mg; suma cukrów: 64.54 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza manna mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Gruszka 1szt ,	Rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Udko z kurczaka pieczone 150g (***GORCZYCA***), Surówka z kapusty białej i marchewki z olejem rzepakowym 150g , Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2475.48 kcal; Białko ogółem: 121.28 g; Tłuszcz: 90.11 g; Węglowodany ogółem: 317.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.99 g; kw.tłuszcz.nasycone: 33.79 g; Sód: 2983.94 mg; suma cukrów: 62.62 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza manna mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Gruszka pieczona 1szt ,	Rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Udko z kurczaka pieczone 150g (***GORCZYCA***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2532.50 kcal; Białko ogółem: 124.80 g; Tłuszcz: 92.88 g; Węglowodany ogółem: 325.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g; kw.tłuszcz.nasycone: 34.37 g; Sód: 2151.61 mg; suma cukrów: 60.68 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Gruszka 1szt ,	Rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Udko z kurczaka pieczone 150g (***GORCZYCA***), Surówka z kapusty białej i marchewki z olejem rzepakowym 150g , Kompot b/cukru 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml , IIK Chleb razowy 50g z margaryną roślinną 10g i hummusem 30g i sałatą 20g 110g (***GLUTEN , MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Pieczywo chrupkie żytnie 10g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2495.30 kcal; Białko ogółem: 116.71 g; Tłuszcz: 92.83 g; Węglowodany ogółem: 321.61 g; Błonnik pokarmowy: 46.61 g; kw.tłuszcz.nasycone: 31.67 g; Sód: 3273.97 mg; suma cukrów: 31.70 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Udko z kurczaka pieczone 150g (***GORCZYCA***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i pomidorem 50g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2409.16 kcal; Białko ogółem: 113.83 g; Tłuszcz: 85.27 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; kw.tłuszcz.nasycone: 29.95 g; Sód: 2123.65 mg; suma cukrów: 52.42 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Udko z kurczaka pieczone 150g (***GORCZYCA***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i pomidorem 50g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2353.94 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 78.85 g; Węglowodany ogółem: 325.05 g; Błonnik pokarmowy: 29.08 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.18 g; Sód: 2122.47 mg; suma cukrów: 52.33 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	
Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Rosół z makaronem 400ml (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Udko z kurczaka pieczone 150g (***GORCZYCA***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2386.91 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 82.45 g; Węglowodany ogółem: 322.92 g; Błonnik pokarmowy: 29.04 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.09 g; Sód: 1866.97 mg; suma cukrów: 51.30 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Płatki jęczmienne na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ogonowa 400g (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ryż z jabłkiem 300g (***MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Parówki wieprzowe 100g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Ketchup 20g (***GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2746.58 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 72.64 g; Węglowodany ogółem: 453.97 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.88 g; Sód: 1236.17 mg; suma cukrów: 108.55 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Płatki jęczmienne na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ogonowa 400g (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ryż z jabłkiem 300g (***MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Parówki wieprzowe 100g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Ketchup 20g (***GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2755.58 kcal; Białko ogółem: 82.51 g; Tłuszcz: 72.37 g; Węglowodany ogółem: 456.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.88 g; Sód: 1232.57 mg; suma cukrów: 107.45 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmiennymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Kiwi 1szt. 60g ,	Zupa ogonowa 400g (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Ryż brązowy z mięsem drobiowym i warzywami 300g (***SELER***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Bukiet warzyw gotowany 150g , Kompot b/cukru 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , IIK Chleb razowy żytni 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Pieczywo chrupkie żytnie 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2322.77 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 82.70 g; Węglowodany ogółem: 328.10 g; Błonnik pokarmowy: 52.69 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.99 g; Sód: 2428.29 mg; suma cukrów: 25.95 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmiennymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , SELER***), Ryż z jabłkiem 300g (***MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2648.25 kcal; Białko ogółem: 80.82 g; Tłuszcz: 66.78 g; Węglowodany ogółem: 450.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.82 g; Sód: 1329.45 mg; suma cukrów: 99.62 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmiennymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , SELER***), Ryż z jabłkiem 300g (***MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2593.03 kcal; Białko ogółem: 80.72 g; Tłuszcz: 60.37 g; Węglowodany ogółem: 450.90 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.04 g; Sód: 1328.28 mg; suma cukrów: 99.53 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmiennymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , SELER***), Ryż z mięsem drobiowym i warzywami 300g (***MLEKO , SELER***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Bukiet warzyw gotowany 150g , Kompot 300ml ,	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Podwieczorek:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2432.42 kcal; Białko ogółem: 79.92 g; Tłuszcz: 76.55 g; Węglowodany ogółem: 376.71 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.10 g; Sód: 2109.53 mg; suma cukrów: 69.46 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Paprykarz rybny 80g (***SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka pszenna 50g 1szt (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza kukurydziana na mleku 400ml (***MLEKO***), Herbata 300ml , Mandarynki 2szt ,	Krupnik jaglany 400ml (***MLEKO , SELER***), Kotlet mielony wieprzowy-smażony 100g (***GLUTEN , JAJA, SOJA, MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałatka szwedzka 50g (***GORCZYCA***), Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 90g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2498.22 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 83.13 g; Węglowodany ogółem: 366.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; kw.tłuszcz.nasycone: 29.63 g; Sód: 1574.86 mg; suma cukrów: 74.20 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Paprykarz rybny 80g (***SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka pszenna 50g 1szt (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza kukurydziana na mleku 400ml (***MLEKO***), Herbata 300ml , Mandarynki 2szt ,	Krupnik jaglany 400ml (***MLEKO , SELER***), Zrazik wieprzowy 100g w sosie własnym 100g 200g (***GLUTEN , JAJA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2442.25 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 74.42 g; Węglowodany ogółem: 369.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; kw.tłuszcz.nasycone: 29.01 g; Sód: 1370.91 mg; suma cukrów: 72.81 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Paprykarz rybny 80g (***SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml (***SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Mandarynki 2szt ,	Krupnik jaglany 400ml (***MLEKO , SELER***), Zrazik wieprzowy 100g w sosie własnym 100g 200g (***GLUTEN , JAJA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g , Kompot b/cukru 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałatka szwedzka 50g (***GORCZYCA***), Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , IIK Chleb razowy 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 90g (***GLUTEN , MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy 50g z margaryną 10g, wędliną wieprzową 30g i sałatą 20g/ 90g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),	**Podwieczorek:** Sok pomidorowy 100% 200ml ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2376.28 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz: 79.93 g; Węglowodany ogółem: 340.29 g; Błonnik pokarmowy: 49.46 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.56 g; Sód: 2165.90 mg; suma cukrów: 37.07 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka pszenna 50g 1szt (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Krupnik jaglany 400ml (***MLEKO , SELER***), Zrazik wieprzowy 100g w sosie własnym 100g 200g (***GLUTEN , JAJA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Buraczki gotowane 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia: 2340.11 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 71.47 g; Węglowodany ogółem: 363.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.13 g; Sód: 1362.15 mg; suma cukrów: 64.35 g;

wtorek 2026-11-10	Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)	
Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka pszenna 50g 1szt (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Krupnik jaglany 400ml (***MLEKO , SELER***), Zrazik wieprzowy 100g w sosie własnym 100g 200g (***GLUTEN , JAJA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Buraczki gotowane 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2284.90 kcal; Białko ogółem: 79.44 g; Tłuszcz: 65.06 g; Węglowodany ogółem: 363.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.35 g; Sód: 1360.98 mg; suma cukrów: 64.26 g;

wtorek 2026-11-10	Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)	
Szynka kons.(blokowa wieprz. z k.mięsa parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka pszenna 50g 1szt (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml (***SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Krupnik jaglany 400ml (***MLEKO , SELER***), Zrazik wieprzowy 100g w sosie własnym 100g 200g (***GLUTEN , JAJA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Buraczki gotowane 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Szynka miodowa drobiowa 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i sałatą 20g/ 80g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2414.32 kcal; Białko ogółem: 80.67 g; Tłuszcz: 74.54 g; Węglowodany ogółem: 373.87 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.07 g; Sód: 1487.65 mg; suma cukrów: 69.48 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Płatki owsiane na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Jabłko 1 szt 150g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Makaron z serem twarogowym 300g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Szpinak 100g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Ćwikła 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i papryką konserwową 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Gruszka 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2495.31 kcal; Białko ogółem: 97.53 g; Tłuszcz: 71.68 g; Węglowodany ogółem: 379.35 g; Błonnik pokarmowy: 39.91 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.29 g; Sód: 1917.62 mg; suma cukrów: 93.21 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Płatki owsiane na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Makaron z serem twarogowym 300g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Szpinak 100g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Ćwikła 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Gruszka pieczona 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2513.31 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 72.90 g; Węglowodany ogółem: 381.70 g; Błonnik pokarmowy: 32.50 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.84 g; Sód: 1915.12 mg; suma cukrów: 91.59 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Jabłko 1 szt 150g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Makaron razowy z twarogiem 300g (***GLUTEN , MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Szpinak 100g (***GLUTEN***), Kompot b/cukru 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Ćwikła 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , Kefir 200g (***MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy żytni 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i papryką konserwową 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Gruszka 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2249.04 kcal; Białko ogółem: 95.96 g; Tłuszcz: 78.98 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; Błonnik pokarmowy: 47.91 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.07 g; Sód: 2005.18 mg; suma cukrów: 49.22 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400ml (***SELER***), Makaron z serem twarogowym 300g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Szpinak 100g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2305.59 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 62.30 g; Węglowodany ogółem: 366.53 g; Błonnik pokarmowy: 33.50 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.57 g; Sód: 1807.84 mg; suma cukrów: 77.41 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400ml (***SELER***), Makaron z serem twarogowym 300g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***), Sos jogurtowy 100g (***MLEKO***), Szpinak 100g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g, twarogiem 30g i pomidorem 50g/ 140g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2250.38 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 55.89 g; Węglowodany ogółem: 366.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.50 g; kw.tłuszcz.nasycone: 16.80 g; Sód: 1806.66 mg; suma cukrów: 77.32 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	
Polędwica sopocka wieprzowa 50g (***SOJA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400ml (***SELER***), Makaron z mięsem drobiowym i warzywami 300g (***GLUTEN , JAJA, SELER***), Sos koperkowy 100g (***GLUTEN , MLEKO***), Marchewka gotowana 150g (***GLUTEN***), Kompot 300ml ,	Polędwica drobiowa Ani 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2243.00 kcal; Białko ogółem: 84.45 g; Tłuszcz: 72.92 g; Węglowodany ogółem: 332.53 g; Błonnik pokarmowy: 36.33 g; kw.tłuszcz.nasycone: 18.69 g; Sód: 2157.79 mg; suma cukrów: 63.48 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Pasta jajeczna 80g (***JAJA, MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza manna mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Potrawka drobiowa 150g (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Puree dyniowe 150g , Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Ogórek kiszony 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Kawa zbożowa na mleku 300ml (***GLUTEN , MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2622.65 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 80.53 g; Węglowodany ogółem: 368.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g; kw.tłuszcz.nasycone: 32.19 g; Sód: 1653.00 mg; suma cukrów: 80.66 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Pasta jajeczna 80g (***JAJA, MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Kasza manna mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Potrawka drobiowa 150g (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Puree dyniowe 150g , Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Kawa zbożowa na mleku 300ml (***GLUTEN , MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2633.72 kcal; Białko ogółem: 111.26 g; Tłuszcz: 80.12 g; Węglowodany ogółem: 372.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g; kw.tłuszcz.nasycone: 32.18 g; Sód: 1331.97 mg; suma cukrów: 79.03 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Pasta jajeczna 80g (***JAJA, MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Kiwi 1szt. 60g ,	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Potrawka drobiowa 150g (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Puree dyniowe 150g , Kompot b/cukru 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Ogórek kiszony 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , IIK Chleb pszenny 50g z margaryną roślinną 10g i twarogiem 30g i sałatą 20g 110g (***GLUTEN , MLEKO***),
II Śniadanie: Chleb razowy 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Pieczywo chrupkie żytnie 20g (***GLUTEN***),

Wartości odżywcze: Energia: 2292.13 kcal; Białko ogółem: 93.19 g; Tłuszcz: 74.87 g; Węglowodany ogółem: 317.06 g; Błonnik pokarmowy: 42.52 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.75 g; Sód: 1934.15 mg; suma cukrów: 20.24 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Potrawka drobiowa 150g (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Puree dyniowe 150g , Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2419.15 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 67.23 g; Węglowodany ogółem: 370.52 g; Błonnik pokarmowy: 27.20 g; kw.tłuszcz.nasycone: 23.86 g; Sód: 1303.74 mg; suma cukrów: 61.46 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Szynka wyborowa wieprzowa 50g (***SOJA***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Potrawka drobiowa 150g (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Puree dyniowe 150g , Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2363.93 kcal; Białko ogółem: 92.29 g; Tłuszcz: 60.82 g; Węglowodany ogółem: 370.79 g; Błonnik pokarmowy: 27.20 g; kw.tłuszcz.nasycone: 18.08 g; Sód: 1302.57 mg; suma cukrów: 61.37 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)**	
Jaja 2szt (***JAJA***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną 400ml (***GLUTEN , SELER***), Herbata 300ml , Banan 1szt ,	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Potrawka drobiowa 150g (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Puree dyniowe 150g , Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, wędliną drobiową 30g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2499.92 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 70.97 g; Węglowodany ogółem: 373.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.18 g; Sód: 1491.48 mg; suma cukrów: 50.31 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: SZPITAL POWIATOWY NR1 W BEŁŻYCACH		
Śniadanie **II Śniadanie**	**Obiad** **Podwieczorek**	**Kolacja** **Posiłek nocny**
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE PODSTAWOWA (C01)**	
Pasta z ciecierzycy 80g , Papryka czerwona konserwowa 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Makaron na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Mandarynki 2szt ,	Krupnik jęczmienny 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Chleb razowy 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2265.70 kcal; Białko ogółem: 77.30 g; Tłuszcz: 67.11 g; Węglowodany ogółem: 344.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.77 g; Sód: 1435.17 mg; suma cukrów: 76.60 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA (C02)**	
Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Makaron na mleku 400ml (***GLUTEN , MLEKO***), Herbata 300ml , Mandarynki 2szt ,	Krupnik jęczmienny 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2268.26 kcal; Białko ogółem: 76.07 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 356.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g; kw.tłuszcz.nasycone: 24.59 g; Sód: 1398.51 mg; suma cukrów: 110.93 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(C03)**	
Pasta z ciecierzycy 80g , Papryka czerwona konserwowa 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata bez cukru 300ml , Mandarynki 2szt ,	Krupnik jęczmienny 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Kompot b/cukru 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb razowy 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata bez cukru 300ml , IIK Chleb razowy 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i sałatą 20g/ 110g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),
II Śniadanie: Kefir 1g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2213.89 kcal; Białko ogółem: 73.99 g; Tłuszcz: 73.63 g; Węglowodany ogółem: 321.53 g; Błonnik pokarmowy: 42.12 g; kw.tłuszcz.nasycone: 23.97 g; Sód: 1820.36 mg; suma cukrów: 33.17 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (C02/M)**	
Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Masło ekstra 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Krupnik jęczmienny 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2144.98 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 59.86 g; Węglowodany ogółem: 345.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.28 g; Sód: 1473.17 mg; suma cukrów: 85.94 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (CO5)**	
Marmolada 50g , Chleb pszenny 50g (***GLUTEN***), Bułka maślana 50g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Krupnik jęczmienny 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Twarożek z natką pietruszki 80g (***MLEKO***), Pomidor 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

II Śniadanie: Kefir 200g (***MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2089.76 kcal; Białko ogółem: 67.01 g; Tłuszcz: 53.45 g; Węglowodany ogółem: 345.79 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; kw.tłuszcz.nasycone: 15.50 g; Sód: 1471.99 mg; suma cukrów: 85.85 g;

piątek 2026-11-13	Jadłospis dla diety: CIĘŻARNE DIETA ELIMINACYJNA/BEZMLECZNA(CO2/ML)	
Szynka drobiowa filet wędzony 50g (***GLUTEN , SOJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***), Sałata zielona 20g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Herbata 300ml , Jabłko pieczone 1szt. 150g ,	Krupnik jęczmienny 400ml (***GLUTEN , MLEKO , SELER***), Ryba pieczona 100g (***GLUTEN , RYBY, GORCZYCA***), Sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (***GLUTEN , SELER , GORCZYCA***), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g (***MLEKO***), Kompot 300ml ,	Kiełbasa krakowska (wieprz. gruborozdr,parzona) 50g (***GLUTEN , SOJA, SELER***), Pomidor bez skórki 50g , Chleb pszenny 100g (***GLUTEN***), Margaryna roślinna 15g (***MLEKO***), Herbata 300ml ,
II Śniadanie: Chleb pszenny 50g z margaryną 10g, jajkiem 50g i pomidorem 50g/ 160g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Podwieczorek:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2288.26 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 66.24 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g; kw.tłuszcz.nasycone: 19.34 g; Sód: 1438.75 mg; suma cukrów: 47.96 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone