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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2082.98 kcal; Białko ogółem: 68.48 g; Tłuszcz: 67.30 g; Węglowodany ogółem: 407.56 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.35 g; Sód: 1387.29 mg; suma cukrów: 70.05 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2185.61 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 59.11 g; Węglowodany ogółem: 339.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g; kw.tłuszcz.nasycone: 23.42 g; Sód: 1439.73 mg; suma cukrów: 68.44 g;

środa 2026-11-04	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2020.39 kcal; Białko ogółem: 77.34 g; Tłuszcz: 47.88 g; Węglowodany ogółem: 334.89 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; kw.tłuszcz.nasycone: 12.41 g; Sód: 1142.87 mg; suma cukrów: 54.46 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-11-04	Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2075.61 kcal; Białko ogółem: 77.43 g; Tłuszcz: 54.30 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; kw.tłuszcz.nasycone: 18.19 g; Sód: 1144.04 mg; suma cukrów: 54.55 g;

środa 2026-11-04	Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),

Wartości odżywcze: Energia: 2029.93 kcal; Białko ogółem: 75.03 g; Tłuszcz: 46.51 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; kw.tłuszcz.nasycone: 11.21 g; Sód: 1191.70 mg; suma cukrów: 48.90 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2597.28 kcal; Białko ogółem: 93.49 g; Tłuszcz: 100.60 g; Węglowodany ogółem: 357.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.90 g; kw.tłuszcz.nasycone: 38.88 g; Sód: 1736.13 mg; suma cukrów: 93.80 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2600.03 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 100.30 g; Węglowodany ogółem: 358.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.68 g; kw.tłuszcz.nasycone: 38.87 g; Sód: 1725.82 mg; suma cukrów: 92.65 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2472.80 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 351.83 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; kw.tłuszcz.nasycone: 30.82 g; Sód: 1812.91 mg; suma cukrów: 70.55 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/M)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2528.02 kcal; Białko ogółem: 90.30 g; Tłuszcz: 99.16 g; Węglowodany ogółem: 351.56 g; Błonnik pokarmowy: 29.81 g; kw.tłuszcz.nasycone: 36.60 g; Sód: 1814.08 mg; suma cukrów: 70.64 g;

czwartek 2026-11-05	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2435.62 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz: 90.59 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.26 g; Sód: 1454.98 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Budyń 200ml (***GLUTEN , MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2319.85 kcal; Białko ogółem: 77.78 g; Tłuszcz: 74.16 g; Węglowodany ogółem: 348.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.82 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.60 g; Sód: 1554.59 mg; suma cukrów: 124.54 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Budyń 200ml (***GLUTEN , MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2462.81 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 81.52 g; Węglowodany ogółem: 365.13 g; Błonnik pokarmowy: 29.51 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.77 g; Sód: 1298.62 mg; suma cukrów: 126.05 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Kisiel 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2133.74 kcal; Białko ogółem: 62.83 g; Tłuszcz: 62.15 g; Węglowodany ogółem: 345.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; kw.tłuszcz.nasycone: 16.13 g; Sód: 1156.90 mg; suma cukrów: 104.75 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/M)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
	Podwieczorek: Kisiel 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2188.96 kcal; Białko ogółem: 62.93 g; Tłuszcz: 68.57 g; Węglowodany ogółem: 345.07 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.91 g; Sód: 1158.07 mg; suma cukrów: 104.84 g;

piątek 2026-11-06	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Kisiel 200ml ,	**Posiłek nocny:** Sałatka warzywna 150g (***SELER***),

Wartości odżywcze: Energia: 2175.05 kcal; Białko ogółem: 74.79 g; Tłuszcz: 71.31 g; Węglowodany ogółem: 323.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.34 g; kw.tłuszcz.nasycone: 17.81 g; Sód: 1392.74 mg; suma cukrów: 69.26 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2229.77 kcal; Białko ogółem: 93.10 g; Tłuszcz: 81.04 g; Węglowodany ogółem: 298.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; kw.tłuszcz.nasycone: 31.87 g; Sód: 2576.80 mg; suma cukrów: 78.99 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2228.69 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 80.85 g; Węglowodany ogółem: 299.33 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; kw.tłuszcz.nasycone: 31.88 g; Sód: 2261.17 mg; suma cukrów: 77.96 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2077.59 kcal; Białko ogółem: 77.70 g; Tłuszcz: 67.98 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.06 g; Sód: 1611.23 mg; suma cukrów: 69.22 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/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 ,
	Podwieczorek: Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Serek ziarnisty 150g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2132.81 kcal; Białko ogółem: 77.80 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 304.45 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.84 g; Sód: 1612.40 mg; suma cukrów: 69.31 g;

sobota 2026-11-07	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Galaretka owocowa 200g ,	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 1997.04 kcal; Białko ogółem: 61.55 g; Tłuszcz: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 311.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.99 g; kw.tłuszcz.nasycone: 17.58 g; Sód: 1098.24 mg; suma cukrów: 64.27 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2221.77 kcal; Białko ogółem: 109.15 g; Tłuszcz: 79.23 g; Węglowodany ogółem: 291.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.41 g; kw.tłuszcz.nasycone: 30.43 g; Sód: 2672.24 mg; suma cukrów: 61.75 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2262.14 kcal; Białko ogółem: 111.75 g; Tłuszcz: 80.60 g; Węglowodany ogółem: 298.19 g; Błonnik pokarmowy: 22.94 g; kw.tłuszcz.nasycone: 30.49 g; Sód: 1842.42 mg; suma cukrów: 60.38 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2154.68 kcal; Białko ogółem: 105.46 g; Tłuszcz: 72.65 g; Węglowodany ogółem: 297.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.14 g; Sód: 1914.98 mg; suma cukrów: 52.03 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/M)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
	Podwieczorek: Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2209.90 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 79.07 g; Węglowodany ogółem: 297.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.92 g; Sód: 1916.16 mg; suma cukrów: 52.12 g;

niedziela 2026-11-08	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Biszkopty 20g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2116.55 kcal; Białko ogółem: 86.42 g; Tłuszcz: 70.17 g; Węglowodany ogółem: 296.06 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; kw.tłuszcz.nasycone: 20.21 g; Sód: 1557.78 mg; suma cukrów: 51.00 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2692.58 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz: 70.84 g; Węglowodany ogółem: 448.39 g; Błonnik pokarmowy: 30.44 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.62 g; Sód: 1236.05 mg; suma cukrów: 102.95 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2701.58 kcal; Białko ogółem: 78.64 g; Tłuszcz: 70.57 g; Węglowodany ogółem: 451.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g; kw.tłuszcz.nasycone: 26.62 g; Sód: 1232.45 mg; suma cukrów: 101.85 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2539.03 kcal; Białko ogółem: 76.85 g; Tłuszcz: 58.57 g; Węglowodany ogółem: 445.32 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; kw.tłuszcz.nasycone: 19.78 g; Sód: 1328.15 mg; suma cukrów: 93.93 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/M)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2594.25 kcal; Białko ogółem: 76.95 g; Tłuszcz: 64.98 g; Węglowodany ogółem: 445.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; kw.tłuszcz.nasycone: 25.56 g; Sód: 1329.32 mg; suma cukrów: 94.02 g;

poniedziałek 2026-11-09	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Ciasto drożdżowe 50g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Sałatka jarzynowa 150g (***JAJA, MLEKO , SELER , GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2376.62 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 76.19 g; Węglowodany ogółem: 365.82 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.10 g; Sód: 2109.52 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2326.14 kcal; Białko ogółem: 79.62 g; Tłuszcz: 78.29 g; Węglowodany ogółem: 342.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.36 g; kw.tłuszcz.nasycone: 28.06 g; Sód: 1368.05 mg; suma cukrów: 73.38 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2265.67 kcal; Białko ogółem: 83.63 g; Tłuszcz: 69.71 g; Węglowodany ogółem: 343.81 g; Błonnik pokarmowy: 25.10 g; kw.tłuszcz.nasycone: 27.44 g; Sód: 1165.91 mg; suma cukrów: 72.54 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2095.63 kcal; Białko ogółem: 70.23 g; Tłuszcz: 59.89 g; Węglowodany ogółem: 337.45 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; kw.tłuszcz.nasycone: 19.38 g; Sód: 1144.50 mg; suma cukrów: 63.03 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/M)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
	Podwieczorek: Mus owocowo-warzywny 150g ,	**Posiłek nocny:** Kefir 200g (***MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2150.84 kcal; Białko ogółem: 70.32 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; Błonnik pokarmowy: 25.79 g; kw.tłuszcz.nasycone: 25.16 g; Sód: 1145.67 mg; suma cukrów: 63.12 g;

wtorek 2026-11-10	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Biszkopty 40g (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2162.86 kcal; Białko ogółem: 67.77 g; Tłuszcz: 63.89 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; kw.tłuszcz.nasycone: 20.74 g; Sód: 1181.35 mg; suma cukrów: 69.21 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Gruszka 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2233.95 kcal; Białko ogółem: 85.49 g; Tłuszcz: 60.89 g; Węglowodany ogółem: 352.04 g; Błonnik pokarmowy: 35.88 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.96 g; Sód: 1609.53 mg; suma cukrów: 92.39 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Gruszka pieczona 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2242.95 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 60.62 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; Błonnik pokarmowy: 30.75 g; kw.tłuszcz.nasycone: 22.96 g; Sód: 1605.93 mg; suma cukrów: 91.29 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2056.88 kcal; Białko ogółem: 80.19 g; Tłuszcz: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 339.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g; kw.tłuszcz.nasycone: 14.81 g; Sód: 1587.31 mg; suma cukrów: 76.06 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 2112.09 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 339.15 g; Błonnik pokarmowy: 31.74 g; kw.tłuszcz.nasycone: 20.59 g; Sód: 1588.48 mg; suma cukrów: 76.15 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	**Posiłek nocny:** Sałatka wielowarzywna 150g (***JAJA, GORCZYCA***),

Wartości odżywcze: Energia: 1972.64 kcal; Białko ogółem: 71.40 g; Tłuszcz: 60.64 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; kw.tłuszcz.nasycone: 14.81 g; Sód: 1848.60 mg; suma cukrów: 63.18 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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***),
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2432.12 kcal; Białko ogółem: 100.99 g; Tłuszcz: 74.25 g; Węglowodany ogółem: 343.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g; kw.tłuszcz.nasycone: 30.17 g; Sód: 1446.59 mg; suma cukrów: 79.84 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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***),
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2438.69 kcal; Białko ogółem: 103.13 g; Tłuszcz: 73.97 g; Węglowodany ogółem: 345.97 g; Błonnik pokarmowy: 20.87 g; kw.tłuszcz.nasycone: 30.16 g; Sód: 1127.36 mg; suma cukrów: 78.76 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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, wedliną 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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2168.90 kcal; Białko ogółem: 84.16 g; Tłuszcz: 54.67 g; Węglowodany ogółem: 344.60 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; kw.tłuszcz.nasycone: 16.06 g; Sód: 1097.96 mg; suma cukrów: 61.10 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/M)**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

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 ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 150g (***MLEKO***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2224.12 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 61.08 g; Węglowodany ogółem: 344.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.73 g; kw.tłuszcz.nasycone: 21.84 g; Sód: 1099.13 mg; suma cukrów: 61.19 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Drożdżówka 1szt (***GLUTEN , JAJA, MLEKO***),

Wartości odżywcze: Energia: 2304.89 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 64.82 g; Węglowodany ogółem: 347.74 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; kw.tłuszcz.nasycone: 19.16 g; Sód: 1286.87 mg; suma cukrów: 50.04 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: DZIECI 10-18 LAT PODSTAWOWA (P01)**	
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 ,
	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2204.95 kcal; Białko ogółem: 72.98 g; Tłuszcz: 65.08 g; Węglowodany ogółem: 338.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g; kw.tłuszcz.nasycone: 23.42 g; Sód: 1435.04 mg; suma cukrów: 76.60 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA (P02)**	
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 ,
	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2207.51 kcal; Białko ogółem: 71.75 g; Tłuszcz: 61.74 g; Węglowodany ogółem: 349.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g; kw.tłuszcz.nasycone: 23.24 g; Sód: 1398.37 mg; suma cukrów: 110.93 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ŁATWOSTRAWNA Z OGR. ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW(P03)**	
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: DZIECI 10-18 ŁATWOSTAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (PO5)**	
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 ,
	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2029.01 kcal; Białko ogółem: 62.69 g; Tłuszcz: 51.43 g; Węglowodany ogółem: 339.58 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; kw.tłuszcz.nasycone: 14.15 g; Sód: 1471.86 mg; suma cukrów: 85.85 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(P02/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 ,

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2084.23 kcal; Białko ogółem: 62.78 g; Tłuszcz: 57.84 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; kw.tłuszcz.nasycone: 19.93 g; Sód: 1473.03 mg; suma cukrów: 85.94 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: DZIECI 10-18 LAT ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (P02/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 ,
	Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 20g (***GLUTEN***),	**Posiłek nocny:** Mus owocowo-warzywny 150g ,

Wartości odżywcze: Energia: 2017.90 kcal; Białko ogółem: 71.41 g; Tłuszcz: 53.95 g; Węglowodany ogółem: 321.28 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; kw.tłuszcz.nasycone: 15.46 g; Sód: 1129.56 mg; suma cukrów: 47.66 g;

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone