WTOREK 10.02.2026 r.

1. **DIETA PODSTAWOWA**

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: krem z dyni z groszkiem ptysiowym, schab w sosie pieczeniowym, ziemniaki, biała kapusta.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Dynia	30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	200 g
Ogórek, kukurydza	5 g
Majonez (**jajko, gorczyca**), jogurt nat.(**mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki -100 g
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Kiełbasa drobiowa	60 g – 3 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Ogórek zielony, papryka	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**)+ granola (**gluten**)30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2404 kcal

Białko	120 g
Tłuszcz	88 g (w tym nasycone 34 g- 13 % wart. en)
Węglowodany ogółem	288 g (w tym cukry 50 g- 8 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	7 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: krem z dyni z groszkiem ptysiowym, schab w sosie pieczeniowym, ziemniaki, duszona cukinia.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g

Dynia	30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Cukinia	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku	
Mleko (**mleko**)	200 ml
Proszek budyniowy (**gluten**)	10 g
Czekolada (**mleko**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry

Kiełbasa drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**) + granola (**gluten**) 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2475 kcal
Białko	125 g
Tłuszcz	87 g (w tym nasycone 37 g- 13% wart. En)
Węglowodany ogółem	302 g (w tym cukry 60 g- 10% wart. En)
Błonnik pokarmowy	34 g
Sól	6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki

Grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: krem z dyni z groszkiem ptysiowym, schab w sosie pieczeniowym, ziemniaki, biała kapusta.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Dynia	30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-

Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	200 g
Ogórek, kukurydza	5 g
Majonez(**jajko, gorczyca**), jogurt nat.(**mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Budyń na mleku	
Mleko (**mleko**)	200 ml
Proszek budyniowy (**gluten**)	10 g
Czekolada (**mleko**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb graham (mak **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Kiełbasa drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Ogórek zielony, papryka	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**) + granola (**gluten**) 30 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2614 kcal
Białko	129 g
Tłuszcz	95 g (w tym nasycone 38 g- 13% wart. en)
Węglowodany ogółem	317 g (w tym cukry 60 g- 9% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	7 g

4. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
6. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.

7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

ŚRODA 11.02.2026 r.

5. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Ogórek konserwowy, pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Krupnik, udko pieczone, ziemniaki, czerwona kapusta.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna (**gluten, jęczmień**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g

Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko pieczone	1 sztuka ok 250 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
czerwona kapusta	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Szynka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Miód	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem i ksylitolem,	
Makaron (**gluten**)	50 g
Ser biały (**mleko**)	50 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2353 kcal
Białko	105 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 26 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	340 g (w tym cukry 33 g- 6% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5 g

6. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Krupnik, udko pieczone, ziemniaki, szpinak.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Kasza jęczmienna **(gluten, jęczmień**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko pieczoe	1 sztuka ok 250 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Szpinak, śmietana (**mleko, gluten**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa.	
Jogurt (**mleko**)	200 g
Biszkopty (**gluten**)	2 sztuki
Galaretka	10 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Szynka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry

Miód	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem i ksylitolem,	
Makaron (**gluten**)	50 g
Ser biały (**mleko**)	50 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2513 kcal
Białko	115 g
Tłuszcz	72 g (w tym nasycone 30 g- 10% wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 43 g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	5 g

7. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z

cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Kremowy serek twarogowy (**mleko**)	1 szt.
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Ogórek konserwowy, pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Krupnik, udko pieczone, ziemniaki, czerwona kapusta	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ogórek kiszony	70 g
Kasza jęczmienna **(jęczmień, gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Udko pieczone	1 sztuka ok 250 g
Olej rzepakowy	10 ml

Ziemniaki	400 g
czerwona kapusta	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa.	
Jogurt (**mleko**)	200 g
Biszkopty (**gluten**)	2 sztuki
Galaretka	10 g

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb graham (**mąk pszenno-żytnia)**	3 kromki -100 g
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Szynka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Masło extra	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron z serem i ksylitolem,	
Makaron (**gluten**)	50 g
Ser biały (**mleko**)	50 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2196 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	76 g (w tym nasycone 33g - 13% wart. en)
Węglowodany ogółem	278 g (w tym cukry 10 g - 1 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	8 g

DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

8. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
9. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.

10. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

CZWARTEK 12.02.2026 r.

8. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szt.
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	1 szt.
Pomidor, papryka	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym, pulpety drobiowe w sosie pomidorowym z makaronem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,**	Po 50 g

pietruszka)	
kalafior	70 g
Ziemniaki	300 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Makaron (**gluten**)	120 g
Koncentrat pomidorowy	15 g
Marchew	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser twarogowy mielony (**mleko**)	150 g
Miód	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami	
Ryż (może zaw. **Gluten**)	50 g
Jabłko gotowane z cynamonem	150 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2700 kcal
Białko	111 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	420 g (w tym cukry 60 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	43 g
Sól	3 g

9. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szt.
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	1 szt.

Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
Woda	butelka

Obiad: Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym, pulpety drobiowe w sosie pomidorowym z makaronem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
kalafior	70 g
Ziemniaki	300 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z kurczaka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Makaron (**gluten**)	120 g
Koncentrat pomidorowy	15 g
Marchew	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Deser mleczny (**mleko**) – 1 szt. .

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser twarogowy mielony (**mleko**)	150 g
Miód	1 sztuka
Masło extra	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Ryż z jabłkami	
Ryż (może zaw.**gluten**)	50 g
Jabłko gotowane z cynamonem	150 g
Ksylitol	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2744 kcal
Białko	113 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 9% wart. en)
Węglowodany ogółem	430 g (w tym cukry 58 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	40 g
Sól	4 g

10. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham(mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra(**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szt.
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	2 szt.
Pomidor, papryka	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym, pulpety drobiowe w sosie pomidorowym z makaronem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
kalafior	70 g
Ziemniaki	300 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Filet z kurczaka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Makaron (**gluten**)	120 g
Koncentrat pomidorowy	15 g
Marchew	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jogurt naturalny (**mleko**) – 1 szt.

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki -100 g
Ser twarogowy mielony (**mleko**)	150 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja	
Skyr (**mleko**)	1 szt.
Jabłko	1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2685 kcal
Białko	135 g
Tłuszcz	78 g (w tym nasycone 36g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	373 g (w tym cukry 53 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	45 g
Sól	5 g

DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

11. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
12. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.

13. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

PIĄTEK 13.02.2026 r.

11.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Serek wiejski (**mleko**)	1 szt.
Pomidor, ogórek	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
Woda	butelka

Obiad: Zupa jarzynowa, ryba pieczona, brokuły, ziemniaki.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g

Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny (**ryba**)	200 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Brokuły gotowany	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z kremowym serkiem do smarowania, miodem i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka pszenno **żytnia**)	3 kromki -100 g
Miód	1 sztuka
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szt.
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	2 sztuki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek	Po 100 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany (**mleko**) – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2212 kcal

Białko	107 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	324 g (w tym cukry 48 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	8 g

12.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Serek wiejski (**mleko**)	1 szt.
Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa jarzynowa, ryba pieczona, brokuły, ziemniaki.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
Makaron (**gluten**)	30 g

Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny (**ryba**)	200 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Brokuły gotowany	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Sernik na zimno	
Ser twarogowy mielony (**mleko**)	150 g
Galaretka	5 g
Herbatniki (**gluten**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z kremowym serkiem do smarowania, miodem i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Miód	1 sztuka
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szt.
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	2 sztuki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-

Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Serek homogenizowany (**mleko**) – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2336 kcal
Białko	109 g
Tłuszcz	55 g (w tym nasycone 29 g- 11% wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 56 g- 12% wart. en)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	8 g

13. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Serek wiejski (**mleko**)	1 szt.

Pomidor, ogórek	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa jarzynowa, ryba pieczona, brokuły, ziemniaki.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z miruny (**ryba**)	200 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Brokuły gotowany	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Sernik na zimno	
Ser twarogowy mielony (mleko)	150 g
Galaretka	5 g
Herbatniki (**gluten**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z kremowym serkiem do smarowania, miodem i

warzywami, herbata.	
Chleb graham(mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	2 sztuki
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szt.
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	
II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**) – 1 szt.	

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2084 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 32g- 14% wart. en)
Węglowodany ogółem	277 g (w tym cukry 50 g- 9% wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	8 g

DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach

	przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

14. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
15. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
16. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

SOBOTA 14.02.2026 r.

14.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z kiełbasą drobiową i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra(**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Kiełbasa drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo,**	60 g – 3 plastry

gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	
Ser żółty	60 g – 3 plastry
Pomidor, ogórek	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Żurek z ziemniakami, gulasz ze schabu w sosie, kasza jęczmienna, mizeria.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
Ziemniaki	300 g
Żurek (**gluten**)	-
Śmietana 18%(**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy, mąka (**gluten**), śmietana (**śmietana**)	10 ml
Kasza jęczmienna (**gluten,. Jęczmień)**	70 g
Mizeria (**mleko**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem w pergaminie, miodem i warzywami,

herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Miód	1 sztuka
Ser pergamin (**mleko**)	150 g
Szynka wieprzowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Papryka, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana (**mleko**) – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2212 kcal
Białko	107 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 30 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	324 g (w tym cukry 48 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30 g
Sól	8 g

15.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z kiełbasą drobiową i dodatkami, herbata z

cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra(**mleko**)	10 g
Dżem	1 szt.
Kiełbasa drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Pomidor	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Żurek z ziemniakami, gulasz ze schabu w sosie, kasza jęczmienna, mix sałat.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
Ziemniaki	300 g
Żurek (**gluten**)	-
Śmietana 18%(**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g

Olej rzepakowy, mąka, śmietana	10 ml
Kasza jęczmienna (**gluten, jęczmeń)**	70 g
Mix sałat z jogurtem naturalnym(**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: budyń na mleku	
Mleko (**mleko**)	200 ml
Budyń (może zaw.**gluten**)	5 g

Kolacja: Pieczywo z serem w pergaminie, miodem i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Miód	1 sztuka
Ser pergamin (**mleko**)	150 g
Szynka wieprzowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry
Masło extra(**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Papryka, ogórek	150 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana (mąka **pszenna**)– 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2336 kcal
Białko	109 g
Tłuszcz	55 g (w tym nasycone 29 g- 11% wart. En)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 56 g- 12% wart. En)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	8 g

16. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z kiełbasą drobiową i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąk **pszenno-żytnia)**	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąk **pszenno-żytnia)**	1 sztuka
Masło extra(**mleko**)	10 g
Kiełbasa drobiowa (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Ser żółty (**mleko**)	60 g – 3 plastry
Pomidor, ogórek	Po 75 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Herbata z cytryną.	

Woda	butelka

Obiad: Żurek z ziemniakami, gulasz ze schabu w sosie, kasza jęczmienna, mizeria.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 50 g
Ziemniaki	300 g
Żurek (**gluten**)	-
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy, mąka, śmietana	10 ml
Kasza jęczmienna (**gluten,jęczmień**)	70 g
Mizeria (**mleko**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: budyń na mleku	
Mleko (**mleko**)	200 ml
Budyń (może zaw.**gluten**)	5 g

Kolacja: Pieczywo z serem w pergaminie i warzywami, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser pergamin (**mleko**)	150 g

Szynka wieprzowa(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Papryka, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: kefir (**mleko**)– 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2084 kcal
Białko	114 g
Tłuszcz	65 g (w tym nasycone 32g- 14% wart. en)
Węglowodany ogółem	277 g (w tym cukry 50 g- 9% wart. en)
Błonnik pokarmowy	38 g
Sól	8 g

DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie –

	oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

17. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
18. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
19. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

NIEDZIELA 15.02.2026 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki - 100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szuka
Dżem	30 g – 1 sztuka

Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Ogórek kiszony, rzodkiewka	200 g
Herbata z cytryną, woda	

Obiad: Rosół z makaronem, szynka pieczona, ziemniaki, czerwona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kurczak	-
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Szynka	150 g
Czerwona kapusta	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo pastą z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka krucha z fileta (**soja**, może	3 plastry – 60 g

zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	
Kremowy serek do smarowana (**mleko**)	1 szt.
Ogórek, papryka czerwona	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa.	
Ryż (może zaw.**gluten**)	50 g
Rukola, bazylia, oregano	5 g
Filet z kurczaka pieczony, pomidor	Po 50

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2218 kcal
Białko	133 g
Tłuszcz	69 g (w tym nasycone 26 g- 10 % wart. en)
Węglowodany ogółem	270 g (w tym cukry 40 g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki - 100 g

Masło extra(**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szuka
Dżem	30 g – 1 sztuka
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną, woda	

Obiad: Rosół z makaronem, szynka pieczona, ziemniaki, marchew gotowana , kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kurczak	-
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Szynka	150 g
Marchew gotowana	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: serek homogenizowany (**mleko**)	1 szt.

Kolacja: Pieczywo pastą z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra(**mleko**)	10 g
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Kremowy serek do smarowana (**mleko**)	1 szt.
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa.	
Ryż (może zaw. **gluten**)	50 g
Rukola, bazylia, oregano	5 g
Filet z kurczaka pieczony, pomidor	Po 50

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2412 kcal
Białko	137 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 27 g- 11% wart. en)
Węglowodany ogółem	303 g (w tym cukry 41g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham(mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki - 100 g
Masło extra(**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 szuka
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Ogórek kiszony, rzodkiewka	200 g
Herbata z cytryną, woda	

Obiad: Rosół z makaronem, szynka pieczona, ziemniaki, czerwona kapusta, kompot.	
Włoszczyzna (marchew**, seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Kurczak	-
Ziemniaki	400 g
Olej rzepakowy	10 ml
Szynka	150 g

Czerwona kapusta	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: kefir (**mleko**)	1 szt.

Kolacja: Pieczywo pastą z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb g**raham (mąka** pszenno-żytnia)	3 kromki -100 g
Masło extra(**mleko**)	10 g
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Kremowy serek do smarowana (**mleko**)	1 szt.
Ogórek, papryka czerwona	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Sałatka ryżowa.	
Ryż 9może zaw. **Gluten**)	50 g
Rukola, bazylia, oregano	5 g
Filet z kurczaka pieczony, pomidor	Po 50

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2272 kcal
Białko	140 g
Tłuszcz	74 g (w tym nasycone 28 g- 11 % wart. en)

Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 39 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	34g
Sól	6 g

4. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

5. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez osobę wyznaczoną dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
6. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
7. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

Poniedziałek 16.02.2026 r.

8. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	100 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Dżem	1 szt.
Pomidor, sałata, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	
Woda	1 butelka

Zupa mleczna – kasza kukurydziana (30 g) na mleku (300 g).

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, gulasz z indyka, kasza jęczmienna, sałata z jogurtem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g

Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
kasza jęczmienna (**jęczmień, gluten**)	70 g
Sałata z jogurtem.(**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek, rzodkiewka	200 g
Ser biały (**mleko**)	120 g
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny(**mleko**) – 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2038 kcal
Białko	105 g

Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 27 g- 12 % wart. En)
Węglowodany ogółem	289 g (w tym cukry 47g- 9% wart. En)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5 g

9. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	100 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Pomidor	200 g
Dżem	1 szt.
Herbata z cytryną.	
Woda	1 butelka

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, gulasz z indyka, kasza jęczmienna, sałata z jogurtem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g

Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
kasza jęczmienna (**jęczmień, gluten**)	70 g
Sałata z jogurtem.(**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: budyń

Mleko (**mleko**)	200 ml
Budyń (**gluten**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i pomidorem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	200 g
Ser biały, jogurt (**jogurt**)	120 g
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny. (**mleko**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2122 kcal
Białko	110 g
Tłuszcz	60 g (w tym nasycone 28 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 65g- 12% wart. en)
Błonnik pokarmowy	23 g
Sól	3,03 g

10. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia)**	100 g – 3 kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Pomidor, sałata, ogórek	200 g
Herbata z cytryną.	
Woda	1 butelka

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami, gulasz z indyka, kasza jęczmienna, sałata z jogurtem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet z indyka	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Mąka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**)	10 g
kasza jęczmienna (**jęczmień, gluten**)	70 g
Sałata z jogurtem.(**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: budyń

Mleko (**mleko**)	200 ml
Budyń (**gluten**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb **graham (mąka** pszenno-żytnia)	3 kromki -100 g

Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek, rzodkiewka	200 g
Ser biały (**mleko**)	120 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny (**mleko**) – 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2189 kcal
Białko	112 g
Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 29 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	310g (w tym cukry 62 g- 11 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	27 g
Sól	5 g

11.DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów

	dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

20. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
21. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
22. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

Wtorek 17.02.2026 r.

12.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Dżem	1 sztuka
Ogórek kiszony, Rukola, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

woda	butelka

Obiad: krem warzywny z groszkiem ptysiowym, filet z kurczaka w sosie śmietanowym z surówka z marchewki, ziemniaki.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
kalafior	50 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Śmietana,(**mleko**) koper	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serek do smarowania, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki

Pomidor, ogórek	200 g
serek do smarowania	1 sztuka
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny. (**mleko**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2269 kcal
Białko	120 g
Tłuszcz	75 g (w tym nasycone 30 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	289 g (w tym cukry 25 g- 4% wart. en)
Błonnik pokarmowy	26 g
Sól	6 g

13.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g

Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Pomidor	200 g
Dżem	1 sztuka
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: krem warzywny z groszkiem ptysiowym, filet w sosie śmietanowym z marchewką i groszkiem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
kalafior	50 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
filet	150 g
Olej rzepakowy	5 ml
Mąka, bułka (**gluten**)	5 g
Śmietana (**mleko**), koper	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka, groszek	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jabłko pieczone.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serkiem do smarowania herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	200 g
Serek (**mleko**)	1 sztuka
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Miód	1 sztuka
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny. (**mleko**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2395 kcal
Białko	127 g
Tłuszcz	70 g (w tym nasycone 30 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 56 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	29 g
Sól	3,03 g

14. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g – 2 kromki
grahamka (mąka **pszenno-żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Polędwica sopocka (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry - 60 g
Ogórek kiszony. Rukola, pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: krem warzywny z groszkiem ptysiowym, filet w sosie śmietanowym, surówka z marchewki.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Groszek ptysiowy (**gluten**)	30 g
kalafior	50 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Filet	150 g

Olej rzepakowy	5 ml
Mąka, bułka	5 g
Śmietana,(**mleko**) koper	10 g
Ziemniaki	400 g
Marchewka	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Jabłko

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta, serkiem do smarowania, herbata.	
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia)**	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor, ogórek	200 g
Serek do smarowania (**mleko**)	1 sztuka
Szynka krucha z fileta (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	60 g – 3 plastry
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt naturalny. (**mleko**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2102 kcal
Białko	102 g

Tłuszcz	62 g (w tym nasycone 29 g- 12 % wart. en)
Węglowodany ogółem	338g (w tym cukry 50 g- 9 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	3,13 g

15.DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

23. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
24. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
25. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

Środa 18.02.2026 r.

1. **DIETA PODSTAWOWA**

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g
Bułka maślana (mąka **pszenna**)	70 g – 1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser twarogowy w pergaminie (**mleko**)	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Ogórek konserwowy, pomidor	200g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	
Woda	Butelka 500 ml

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, jajko w sosie koperkowym z ziemniakami i burakami gotowanymi, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw.**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g

Jajko	1,5 sztuka
Sos koperkowy (**gluten, mleko**)	
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki z chrzanem (**prosiarczan sodu**)	200g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry – 40 g
Sałata zielona	Listki
Ogórek	200g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Maślanka (**mleko**)– 1 sztuka.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2373 kcal
Białko	115g
Tłuszcz	77 g (w tym nasycone 32 g- 12%

	wart. en)
Węglowodany ogółem	314 g (w tym cukry 48 g-8% wart.en)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem, dżemem i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	60 g
Bułka maślana (**mąka pszenna**)	70 g – 1 sztuka
Masło extra (mleko)	10 g
Ser twarogowy pergamin (**mleko**)	120 g
Dżem	1 sztuka – 30 g
Pomidor	200g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	
Woda	Butelka 500 ml

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, jajko w sosie koperkowym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw.**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g

Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Jajko	1,5 sztuka
Sos koperkowy (**gluten, mleko**)	
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Napój mleczny (**mleko**)	1 szt.
Wafle ryżowe	3 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry – 40 g
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	2 plastry – 40 g
Sałata zielona, pomidor	200g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Maślanka (**mleko**)– 1 szt.

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2484 kcal
Białko	122 g
Tłuszcz	81 g (w tym nasycone 34 g- 12%)
Węglowodany ogółem	326 g (w tym cukry 59 g- 9%)
Błonnik pokarmowy	25 g
Sól	5,07 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z twarogiem i dodatkami herbata z cytryną..	
Chleb graham (mak **pszenno-żytnia**)	100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser twarogowy pergamin (**mleko**)	120 g
Ogórek konserwowy	200g
Sałata	Listki
herbata z cytryną.	
Woda	Butelka 500 ml

Obiad: Zupa jarzynowa z ryżem, jajko w sosie koperkowym z ziemniakami i burakami, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Ryż (może zaw.**gluten**)	30 g
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g

Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
jajko	1,5 sztuka
Sos koperkowy (**gluten, mleko**)	
Olej rzepakowy	5 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: gruszka	1 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta z kurczaka z dodatkami, herbata.	
Szynka z fileta(**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	2 plastry – 40 g
Chleb graham (mąka **pszenno-żytnia**)	3 kromki -100 g
Rzodkiewka	50 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser żółty (**mleko**)	40 g – 2 plastry
Sałata zielona	Listki
Ogórek	200g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Jogurt Nat (**mleko**) + granola (**gluten**) 30 g .

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2293 kcal
Białko	118 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 34g- 13%)
Węglowodany ogółem	288 g (w tym cukry 46 g -8%)
Błonnik pokarmowy	33 g
Sól	7 g

1. DIETY DLA PEDIATRI

Dzieci w wieku (lata):	Dieta
1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.
4-9	Diety na bazie diet dla pacjentów dorosłych – ¾ porcji.
10-18	Diety jak dla pacjentów dorosłych.

1. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
2. Biorąc pod uwagę specyfikę oddziału wewnętrznego, dla komfortu Pacjentów bułki dodawane do posiłków zamieniane zostają na odpowiednią pod względem wartości odżywczych ilość chleba. Rodzaj chleba dostosowany do zaleconej dla danego Pacjenta diety.
3. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.

Czwartek 19.02.2026 r.

DIETY DLA DOROSŁYCH

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	3 kromki -90 g
Kajzerka (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać mleko, jaja, sezam)	1 sztuka – 70 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (alergeny: mleko)	50 g
Ogórek kiszony, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, udko pieczone w piecu konwekcyjno-parowym, z ryżem i surówką z czerwonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
udko	150 g

Kapusta czerwona z dodatkami (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	3 kromki - 100 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	200 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2651 kcal
Białko	113.38 g
Tłuszcz	88.68 g (w tym nasycone 33 g- 11 % wart. en)
Węglowodany ogółem	359.47 g (w tym cukry 30 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	38.37 g

Sól	5,80 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	2 kromki - 60 g
Kajzerka (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać mleko, jaja, sezam)	1 szt. 70 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (alergeny: mleko)	50 g
Pomidor, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, udko pieczone w piecu konwekcyjno-parowym z ryżem i marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Udko	150 g
Marchewka z groszkiem (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (alergeny: mleko)	200 g
Biszkopty (alergeny: gluten – pszenica, jaja; może zawierać mleko)	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	3 kromki - 90 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
Pomidor, sałata	200 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2836 kcal
Białko	124.31 g
Tłuszcz	92.98 g (w tym nasycone 35.51 g-11 % wart. en)

Węglowodany ogółem	388.20 g (w tym cukry 43 g- 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	41.79 g
Sól	5,531 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb graham (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam)	2 kromki - 60 g
Grahamka (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać mleko, jaja, sezam)	1 szt. 90 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (alergeny: mleko)	50 g
Ogórek kiszony, sałata	100 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, udko pieczone w piecu konwekcyjno-parowym z ryżem i surówką z czerwonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml

Udko	150 g
Kapusta czerwona z dodatkami (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (alergeny: mleko)	200 g
Biszkopty (alergeny: gluten – pszenica, jaja; może zawierać mleko)	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam)	3 kromki - 90 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2766 kcal
Białko	126.06 g
Tłuszcz	92.20 g (w tym nasycone 35.23 g – 11%)
Węglowodany ogółem	282 g (w tym cukry 37 g - 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	43.74 g
Sól	6,5 g

Modyfikacja diety z ograniczeniem łatwoprzyswajalalnych węglowodanów, łatwostrawna

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Chleb graham (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam)	2 kromki - 60 g
Grahamka (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać mleko, jaja, sezam)	1 szt. 90 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Serek topiony (alergeny: mleko)	50 g
Pomidor, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, , udko pieczone w piecu konwekcyjno-parowym z ryżem i marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g

Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Udko	150 g
Marchewka z groszkiem (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (alergeny: mleko)	200 g
Biszkopty (alergeny: gluten – pszenica, jaja; może zawierać mleko)	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam)	3 kromki - 90 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
pomidor, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2761 kcal
Białko	125.40 g
Tłuszcz	91.96 g (w tym nasycone 35.21 g – 11%)
Węglowodany ogółem	372.53 g (w tym cukry 44 g - 6 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	45.42 g
Sól	5,88 g

Dieta papkowata

Śniadanie: Zupa mleczna z dodatkami	
Mleko **(alergeny: mleko)**	300 ml
Kasza kukurydziana	30 g
FSMP w formie proszku (koktajl) **(alergeny: mleko)**	30 g
Masło **(alergeny: mleko)**	10 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	
Woda	Butelka

Obiad: Barszcz czerwony, gotowany filet z kurczaka (rozdrobniony) z ryżem i marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g
Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	70 g

Olej rzepakowy	10 ml
Filet z kurczaka	150 g
Marchewka z groszkiem (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (alergeny: mleko)	200 g
Biszkopty (alergeny: gluten – pszenica, jaja; może zawierać mleko)	2 szt.

Śniadanie: Zupa mleczna z dodatkami	
Mleko **(alergeny: mleko)**	300 ml
Kasza kukurydziana	30 g
FSMP w formie proszku (koktajl) **(alergeny: mleko)**	30 g
Masło **(alergeny: mleko)**	10 g
Olej	10 ml
Herbata z cytryną.	
Woda	Butelka

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2473 kcal
Białko	114.23 g
Tłuszcz	85.40 g (w tym nasycone 27.93 g– 10%)
Węglowodany ogółem	329.15 g (w tym cukry 57 g – 10%)
Błonnik pokarmowy	33.24 g
Sól	4 g

DIETA BRAT

Śniadanie Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni **(alergeny: gluten – pszenica, żyto)**	60 g – 2 kromki
Bułka kazjerka **(alergeny: gluten – pszenica, mleko, jaja)**	1 szt.
Masło extra **(alergeny: mleko)**	10 g
Szynka wieprzowa gotowana **(może zawierać: gluten, mleko, jaja, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)**	4 plastry -80 g
Serek topiony (alergeny: mleko)	50 g
Banan	1 szt.
Herbata z cytryną.	
Woda	Butelka

Obiad: Barszcz czerwony, gotowany filet z kurczaka z ryżem i marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	300 g

Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	70 g
Olej rzepakowy	10 ml
Filet z kurczaka	150 g
Marchewka z groszkiem (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jabłko pieczone

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	3 kromki - 90 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	60 g – 3 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
sałata	30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), cukier, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2611 kcal
Białko	120.24 g
Tłuszcz	75.51 g (w tym nasycone 29.26 g– 10%)
Węglowodany ogółem	329.15 g (w tym cukry 60 g – 10%)

Błonnik pokarmowy	42.45 g
Sól	5 g

DIETY DLA DZIECI

1-3	Dieta ustalona indywidualnie – oparta na kaszkach i słoiczkach przeznaczonych dla niemowląt, a także dodatkach odpowiednich dla tej grupy wiekowej.

4-9

DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Kajzerka (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać mleko, jaja, sezam)	1 sztuka – 70 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	40 g – 2 plastry
Serek topiony (alergeny: mleko)	30 g
Ogórek kiszony, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, udko pieczone w piecu konwekcyjno-parowym, z ryżem i surówką z czerwonej kapusty, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	150 g

Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	50 g
Olej rzepakowy	10 ml
Udko	150 g
Kapusta czerwona z dodatkami (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	2 kromki - 60 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	40 g – 2 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
Papryka czerwona, ogórek konserwowy, sałata	200 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	1992 kcal
Białko	90.01 g
Tłuszcz	73.05 g (w tym nasycone 29 g- 13 % wart. en)

Węglowodany ogółem	254.70 g (w tym cukry 27 g- 5 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	26.53 g
Sól	5 g

DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem topionym i szynką, herbata.	
Kajzerka (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać mleko, jaja, sezam)	1 sztuka – 70 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	40 g – 2 plastry
Serek topiony (alergeny: mleko)	30 g
Pomidor, sałata	200 g
Herbata z cytryną.	

Obiad: Barszcz czerwony, udko pieczone w piecu konwekcyjno-parowym z ryżem i marchewka z groszkiem, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, seler, pietruszka) (alergeny: seler)	Po 30 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Susz buraczany	-
Ziemniaki	150 g
Ryż (może zawierać: gluten – zanieczyszczenie krzyżowe)	50 g
Olej rzepakowy	10 ml
Udko	150 g
Marchewka z groszkiem (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler)	200 g

Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Galaretka jogurtowa z biszkoptami	
Galaretka	5 g
Jogurt (alergeny: mleko)	200 g
Biszkopty (alergeny: gluten – pszenica, jaja; może zawierać mleko)	2 szt.

Kolacja: Pieczywo z szynką kruchą z fileta i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (alergeny: gluten – pszenica, żyto; może zawierać sezam, soję)	2 kromki - 60 g
Masło extra (alergeny: mleko)	10 g
Szynka drobiowa (może zawierać: gluten, mleko, jaja, soję, gorczycę, seler, dwutlenek siarki)	40 g – 2 plastry
Jajko na twardo (alergeny: jaja)	1 sztuka
Pomidor, sałata	200 g
Miód	1 sztuka – 30 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja) z serem.	
Makaron (alergeny: gluten – pszenica; może zawierać jaja)	50 g
Ser biały pergamin (alergeny: mleko), ksylitol, masło	60 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2291 kcal
Białko	102.28 g
Tłuszcz	82.49 g (w tym nasycone 31 g- 12 %

	wart. en)
Węglowodany ogółem	260.55 g (w tym cukry 42 g- 7 % wart. en)
Błonnik pokarmowy	30.43 g
Sól	4,95 g

10 – 18 -jak diety dla dorosłych

PACJENTKI KARMIĄCE I CIĘŻARNE

I trymestrze ciąży

Diety dla dorosłych + dodatek - jabłko 150 g każdego dnia w dietach podstawowej i z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów,

- jabłko pieczone 150 g w diecie łatwostrawnej

DODATKOWO DO PODSUMOWANIA DIET

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	85 kcal
Białko	0.68 g
Tłuszcz	0.68 g
Węglowodany ogółem	20.57 g
Błonnik pokarmowy	3.40 g
Sól	-

II trymestrze ciąży

Diety dla dorosłych + dodatek - jabłko 150 g, jogurt naturalny 150 g i granola (alergeny: gluten; może zawierać orzechy, sezam, soję) 20 g każdego dnia w dietach podstawowej i z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów,

- jabłko pieczone 150 g , jogurt naturalny 150 g i granola (alergeny: gluten; może zawierać orzechy, sezam, soję) 20 g w diecie łatwostrawnej

DODATKOWO DO PODSUMOWANIA DIET

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	266 kcal
Białko	8.89 g
Tłuszcz	6.88 g
Węglowodany ogółem	43.07 g
Błonnik pokarmowy	4.78 g
Sól	-

III trymestrze ciąży

Diety dla dorosłych + dodatek - jabłko 150 g, jogurt naturalny 150 g i granola (alergeny: gluten; może zawierać orzechy, sezam, soję) 40 g, gruszka – 130 g każdego dnia w dietach podstawowej i z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów,

DODATKOWO DO PODSUMOWANIA DIET

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	469 kcal
Białko	12.31 g
Tłuszcz	10.44 g
Węglowodany ogółem	84 g
Błonnik pokarmowy	8,5 g
Sól	-

- jabłko pieczone 150 g , jogurt naturalny 150 g i granola (alergeny: gluten; może zawierać orzechy, sezam, soję) 40 g, banan – 120 g w diecie łatwostrawnej

DODATKOWO DO PODSUMOWANIA DIETY

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	474 kcal
Białko	11.85 g

Tłuszcz	10.44 g
Węglowodany ogółem	81.59 g
Błonnik pokarmowy	8,2 g
Sól	-