NIEDZIELA 11.01.2026 R.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)	100 g – 3kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Ogórek zielony, rzodkiewka	200 g
Sałata zielona/Rukola/roszponka	Listki
Herbata z cytryną.	
Woda	butelka

Obiad: Rosół z makaronem, gulasz ze schabu w sosie, ziemniaki, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron **(gluten**)	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200 g
Śmietana (**mleko**), mąka (**gluten**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową z warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, mąka żytnia)**	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser biały, jogurt naturalny (**mleko)**	150 g
Pomidor, pietruszka natka, ogórek świeży	200 g

Sałata zielona/Rukola/roszponka	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: sałatka ryżowa z kurczakiem	
Ryż (może zaw**. gluten**)	50 g
Kurczak	50 g
Groszek	30 g
Pomidor	50 g
Jogurt Nat + majonez (**mleko, jajko**)	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2372 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 31 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 30 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	6 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, mąka żytnia)**	100 g – 3kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Dżem	1 sztuka – 30 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Pomidor	200 g
Sałata zielona/Rukola/roszponka	Listki
Herbata z cytryną.	
Woda	butelka

Obiad: Rosół z makaronem, gulasz ze schabu w sosie, ziemniaki, buraki, kompot.

Włoszczyzna (marchew, **seler,** pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200 g
Śmietana, mąka (**mleko, mąka pszenna**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: serek homogenizowany (**mleko**) + chrupki 30 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową z warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąk żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Ser biały, jogurt naturalny (**mleko**)	150 g
Pomidor, pietruszka natka	200 g
Sałata zielona/Rukola/roszponka	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: sałatka ryżowa z kurczakiem	
Ryż (może zaw. **Gluten)**	50 g
Kurczak	50 g
Groszek	30 g
Pomidor	50 g
Jogurt Nat + majonez (**mleko, jajko**)	10 g
Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2372 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 31 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 30 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	6 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata.	
Chleb graham (**mąka pszenna, mąka żytnia**)	100 g – 3kromki
Masło extra (**mleko**)	10 g
Jajko na twardo (**jajko**)	1 sztuka
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry
Ogórek zielony, rzodkiewka	200 g
Sałata zielona/Rukola/roszponka	Listki
Herbata z cytryną.	
Woda	butelka

Obiad: Rosół z makaronem, gulasz ze schabu w sosie, ziemniaki, buraki, kompot.	
Włoszczyzna (marchew**, seler**, pietruszka)	Po 30 g
Makaron (**gluten**)	30 g
Kurczak	-
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy	10 ml
Ziemniaki	400 g
Buraki	200 g
Śmietana, mąka (**mleko, mąka pszenna**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: jogurt Nat (**mleko**) + jabłko

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową z warzywami, herbata.	
Chleb graham **(mąk pszenna, mąka żytnia)**	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g

Ser biały, jogurt naturalny (**mleko**)	150 g
Pomidor, pietruszka natka, ogórek świeży	100g
Sałata zielona/Rukola/roszponka	Listki
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: sałatka ryżowa z kurczakiem	
Ryż (może zaw. **Gluten**)	50 g
Kurczak	50 g
Groszek	30 g
Pomidor	50 g
Jogurt Nat + majonez (**mleko, jajako**)	10 g

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2372 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	80 g (w tym nasycone 31 g- 12% wart. en)
Węglowodany ogółem	304 g (w tym cukry 30 g- 5% wart.en)
Błonnik pokarmowy	35 g
Sól	6 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.

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.

PONIEDZIAŁEK 12.01.2026 r.

1. **DIETA PODSTAWOWA**

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

Obiad: Zupa pomidorowa z ziemniakami, indyk duszony w sosie pietruszkowym, kasza pęczak, surówka z marchewki z chrzanem.	
Włoszczyzna (marchew**, seler**, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
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 (**mąka pszenna**)	5 g
Śmietana **(mleko**)	10 g
Pietruszka natka	-
Kasza pęczak (**gluten)**	70 g
Marchew	200 g
Chrzan, czosnek	10 g
Majonez, jogurt nat.(**jajko, mleko**)	20 g

Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, serkiem topionym i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia**)	3 kromki -100 g
Mozzarella (**mleko**)	60 g – pół sztuki.
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Masło extra(**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana. **(mąka pszenna, mąka żytnia)**

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2283 kcal
Białko	100 g
Tłuszcz	92 g (w tym nasycone 40 g- 15% wart. en)
Węglowodany ogółem	271 g (w tym cukry 40 g- 7% wart. en)
Błonnik pokarmowy	36 g
Sól	4 g

2. DIETA ŁATWOSTRAWNA

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

(mleko)	
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa pomidorowa z ziemniakami, indyk duszony w sosie pietruszkowym, kasza pęczak, marchewka z groszkiem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
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 (**mąka pszenna**)	5 g
Śmietana (**śmiatana**)	10 g
Pietruszka natka	-
Kasza pęczak (**gluten**)	70 g
Marchew	200 g
Groszek mrożony	10 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Skyr (**mleko)** + banan

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, serkiem topionym i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka żytnia)**	3 kromki -100 g
Mozzarella (**mleko**)	60 g – pół sztuki.
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Masło extra(**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Bułka maślana. (**gluten)**

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:

Wartość energetyczna	2468 kcal
Białko	117 g
Tłuszcz	92 g (w tym nasycone 39 g- 14% wart. en)
Węglowodany ogółem	300 g (w tym cukry 58 g- 10% wart. en)
Błonnik pokarmowy	37 g
Sól	5 g

3. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (**mąka pszenna, mąka żytnia**)	60 g – 2 kromki
Grahamka(**mąka pszenna, mąka żytnia**)	1 sztuka
Masło extra (**mleko**)	10 g
Szynka wieprzowa gotowana (**soja**, może zawierać: **gluten, mleko, jajo, gorczycę, seler, dwutlenek siarki**)	3 plastry – 60 g
Ogórek, papryka,	200 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	2 szt.
Herbata z cytryną.	
woda	butelka

Obiad: Zupa pomidorowa z ziemniakami, indyk duszony w sosie pietruszkowym, kasza pęczak, surówka z marchewki z chrzanem.	
Włoszczyzna (marchew, **seler**, pietruszka)	Po 30 g
Koncentrat pomidorowy	10 g
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 (**mąka pszenna)**	5 g
Śmietana **(mleko)**	10 g
Pietruszka natka	-
Kasza pęczak	70 g
Marchew	200 g
Chrzan, czosnek	10 g
Majonez, jogurt nat. (**jajko, mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: Skyr **(mleko**) + gruszka

Kolacja: Pieczywo z mozzarellą, serkiem topionym i warzywami, herbata.	
Chleb graham (**mąka pszenna, mąka żytnia**)	3 kromki -100 g
Mozzarella (**mleko**)	60 g – pół sztuki.
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Masło extra(**mleko**)	10 g
Sałata/ Rukola/ roszponka	-
Pomidor, ogórek kiszony	200 g
Herbata z cytryną.	

II Kolacja: Kefir. (**mleko**)

Dzienne podsumowanie wartości odżywczych:	
Wartość energetyczna	2422 kcal
Białko	125 g
Tłuszcz	92 g (w tym nasycone 39 g- 14% wart. en)
Węglowodany ogółem	288 g (w tym cukry 51 g- 8% wart. en)
Błonnik pokarmowy	43 g
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 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.

WTOREK 13.01.2026 r.

5. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni **(mąk pszenna, mąka żytnia)**	60 g – 2 kromki
Kajzerka**(mąk pszenna, mąka 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 (**mąk pszenna**)	5 g
Śmietana (**mleko)**	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	200 g
Ogórek, kukurydza	5 g
Majonez, jogurt nat. (**jajko, mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka 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	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

6. DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni **(mąka pszenna, mąk żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka **(mąka pszenna, mąk 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 (**mąka pszenna**)	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	10 g
Czekolada (**mleko**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (**mąka pszenna, mąka 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

7. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z szynką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (**mąka pszenna, mąka żytnia**)	60 g – 2 kromki
Grahamka **mąka pszenna, mąka 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 (**mąka pszenna**)	5 g
Śmietana **(mleko**)	10 g
Bazylia, oregano, zioła prowansalskie	-
Ziemniaki	400 g
Kapusta biała	200 g
Ogórek, kukurydza	5 g
Majonez, jogurt nat. (**jajko, mleko**)	20 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

Kolacja: Pieczywo z serem żółtym, szynką i warzywami, herbata.	
Chleb graham (**mąka pszenna, mąk 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

8. 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.

ŚRODA 14.01.2026 r.

9. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **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 (**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 **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Serek wiejski (**mleko**)	150 g
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

10.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **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 (**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**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

Kolacja: Pieczywo z serkiem wiejskim i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser topiony (**mleko**)	50 g
Serek wiejski (**mleko**)	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

11. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka(mąka **pszenna**, mąka **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**)	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(mąka **pszenna**, mąka **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 (**mleko**)	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.

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.

CZWARTEK 15.01.2026 r.

12.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenna**, mąka **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,** 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

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.

Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **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

13.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenna**, mąka **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 **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Ser twarogowy mielony (**mleko**)	150 g
Miód	1 sztuka
Masło extra **(mleko**)	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

14. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka(mąka **pszenna**, mąka **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 **pszenna**, mąka **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.

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.

PIĄTEK 16.01.2026 r.

15.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenna**, mąka **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 **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Miód	1 sztuka
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

16.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka (mąka **pszenna**, mąka **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 **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Miód	1 sztuka
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

17. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z serkiem wiejskim i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenna**, mąka **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, **sele**r, 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 **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Kremowy serek do smarowania (**mleko**)	2 sztuki
Ser topiony (**mleko**)	50 g

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.

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.

SOBOTA 17.01.2026 r.

18.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z kiełbasą drobiową i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenna,** mąka **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, 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 (**mleko**)	10 ml
Kasza jęczmienna (**jeczmień**)	70 g
Mizeria **(mleko**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna,** mąka **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(mąka **pszenna,** mąka **żytnia**) – 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

19.DIETA ŁATWOSTRAWNA

Śniadanie: Pieczywo z kiełbasą drobiową i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni(mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka kajzerka(mąka **pszenna,** mąka **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, mleko**)	-
Śmietana 18% (**śmietana**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy, mąka (**gluten**), śmietana (**mleko**)	10 ml
Kasza jęczmienna **(jęczmień**)	70 g
Mix sałat z jogurtem naturalnym (**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

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

Kolacja: Pieczywo z serem w pergaminie, miodem i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąk **pszenne**, mąka **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

20. DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW.

Śniadanie: Pieczywo z kiełbasą drobiową i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Bułka grahamka (mąka **pszenna**, mąka **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, mleko**)	-
Śmietana 18% (**mleko**)	15 g
Sól	1 g
Natka pietruszki	5 g
Schab	150 g
Olej rzepakowy, mąka (**gluten**), śmietana (**mleko**)	10 ml
Kasza jęczmienna (**jęczmień)**	70 g
Mizeria (**mleko**)	200 g
Jabłko (kompot)	50 g

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

Kolacja: Pieczywo z serem w pergaminie i warzywami, herbata.	
Chleb graham(mąka **pszenna**, mąka **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.

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.

NIEDZIELA 18.01.2026 r.

1. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z jajkiem na twardo i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki - 100 g
Masło extra (**masło**)	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 **pszenna**, mąka **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	1 szt.

(**mleko**)	
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 **pszenna**, mąka **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 **pszenna,** mąka **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 **pszenna**, mąka **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 graham (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra **(masło**)	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	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 19.01.2026 r.

8. DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z szynką gotowaną i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **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

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**)	70 g
Sałata z jogurtem. (**mleko)**	-
Jabłko (kompot)	50 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **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 **pszenna,** mąka **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 (**śmietana**)	10 g
kasza jęczmienna (**jęczmień**)	70 g
Sałata z jogurtem. (**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: budyń

Mleko (**mleko)**	200 ml
Budyń **(może zaw: gluten, seler, soję**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i pomidorem, herbata.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna,** mąka **żytnia**)	3 kromki -100 g
Masło extra (**mleko**)	10 g
Sałata zielona	Listki
Pomidor	200 g
Ser biały, jogurt (**mleko**)	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 **pszenna**, mąka **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**)	70 g
Sałata z jogurtem. (**mleko**)	-
Jabłko (kompot)	50 g

Podwieczorek: budyń

Mleko (**mleko**)	200 ml
Budyń(**może zaw: gluten, seler, soję**)	10 g

Kolacja: Pieczywo z pastą twarogową i warzywami, herbata.

Chleb graham (mąka **pszenna**, mąka **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.

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.

Wtorek 20.01.2026 r.

12.DIETA PODSTAWOWA

Śniadanie: Pieczywo z polędwicą sopocką i dodatkami, herbata z cytryną.	
Chleb pszenno-żytni (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka (mąka **pszenna**, mąka **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 **pszenna**, mąka **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
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 **pszenna**, mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
Kajzerka (mąka **pszenna**, mąka **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 (mąka **pszenna, 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 **pszenna,** mąka **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 **pszenna,** mąka **żytnia**)	60 g – 2 kromki
grahamka(mąka **pszenna,** mąka **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 (mąka **pszenna, gluten**)	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 **pszenna,** mąka **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.

26. Ocena organoleptyczna została przeprowadzona przez dietetyka dla każdego z posiłków i znajduje się w dokumentacji szpitalnej Projektu.
27. 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.
28. Normy żywienia dla poszczególnych diet przyjęte w szpitalu spełniają wymogi diet szpitalnych dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji zalecanych przez Ministerstwo Zdrowia.