

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 60 g , masło 5 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 100 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa z fasolki szparagowej 100 g (MLE, SEL,), pierogi z mięsem 150 g (GLU, JAJ,), sałata z jogurtem naturalnym 150 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 100 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: galaretka malinowa 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1812.42 kcal; Białko: 78.41 g; Węglowodany : 227.89 g; suma cukrów: 37.58 g; Tłuszcz: 65.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.06 g; Błonnik: 19.81 g; : 1.2 g; : 202.27 g; Sód: 495.98 mg;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka wieprzowa 40 g , dżem brzoskwiniowy 50 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (SEL,), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 150 g , sałata z jogurtem naturalnym 200 g (MLE,), sos potrawkowy 20 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , ser twarogowy 30 g (MLE,),
II Śniadanie: paluchy maslane 1 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1959.59 kcal; Białko: 84.15 g; Węglowodany : 283.12 g; suma cukrów: 39.87 g; Tłuszcz: 55.09 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.83 g; Błonnik: 19.31 g; : 2.11 g; : 262.37 g; Sód: 859.39 mg;

środa 2026-02-11 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 75 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), szynka wieprzowa 100 g , masło 10 g (MLE,), papryka 40 g , sałata lodowa 20 g , ser twarogowy 50 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa z fasolki szparagowej 100 g (MLE, SEL,), pierogi z mięsem 250 g (GLU, JAJ,), sałata z jogurtem naturalnym 100 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 75 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 80 g , ogórek zielony 50 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: galaretka malinowa 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2108.63 kcal; Białko: 79.83 g; Węglowodany : 240.4 g; suma cukrów: 40.14 g; Tłuszcz: 92.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 26.95 g; Błonnik: 20.68 g; : 1.12 g; : 214.27 g; Sód: 463.33 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-02-11		Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji	
herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), szynka wieprzowa 80 g , dżem brzoskwiniowy 30 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 250 g (<u>MLE</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa koperkowa 250 g (<u>SEL</u>), ryż 200 g , pieczone udko z kurczaka 120 g , sałata z jogurtem naturalnym 200 g (<u>MLE</u>), sos potrawkowy 50 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU</u>), masło 20 g (<u>MLE</u>), schab wiśniowy 100 g ,	
II Śniadanie: paluchy maslane 1 g ,	Podwieczorek: galaretka malinowa 150 g , herbatniki Be-Be 16 g (<u>GLU</u>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.17 kcal; Białko: 93.73 g; Węglowodany : 257.23 g; suma cukrów: 42.99 g; Tłuszcz: 82.56 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 39 g; Błonnik: 16.69 g; : 2.33 g; : 239.11 g; Sód: 955.5 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajecznica 50 g (JAJ, MLE,), masło 5 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,), papryka 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 150 g (MLE, SEL,), zapiekanka ziemniaczana ze szpinakiem 200 g (JAJ, MLE, SEL,), sos czosnkowy 20 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka gotowana 20 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g , pasztet drobiowy 50 g (GLU, JAJ, SEL,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g , Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2030.52 kcal; Białko: 97.82 g; Węglowodany : 268.34 g; suma cukrów: 45.21 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nas. ogółem: 28.51 g; Błonnik: 27.57 g; : 5.1 g; : 240.32 g; Sód: 2046.97 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), jajecznica na parze 50 g (JAJ,), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 200 g (SEL,), zapiekanka mięsno makaronowa łatwostrawna 200 g (GLU, JAJ, MLE,), gotowana marchewka juniorka 100 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1858.76 kcal; Białko: 94.84 g; Węglowodany : 258.09 g; suma cukrów: 39.45 g; Tłuszcz: 62.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.97 g; Błonnik: 22.29 g; : 3.93 g; : 231.06 g; Sód: 1577.73 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 45 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), jajecznica 60 g (JAJ, MLE,), masło 10 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , rzodkiewka (2 sztuki) 30 g , papryka 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z pieczarek 180 g (MLE, SEL,), zapiekanka ziemniaczana ze szpinakiem 250 g (JAJ, MLE, SEL,), sos czosnkowy 25 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , ogórek kiszony 20 g , pasztet drobiowy 55 g (GLU, JAJ, SEL,), pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 150 g (MLE,),	Podwieczorek: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2103.53 kcal; Białko: 111.69 g; Węglowodany : 237.08 g; suma cukrów: 33.53 g; Tłuszcz: 93.36 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37 g; Błonnik: 25.49 g; : 5.26 g; : 211.02 g; Sód: 2113.59 mg;

czwartek 2026-02-12 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), jajecznica na parze 50 g (JAJ,), sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 150 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krupnik z kaszą jaglaną 200 g (SEL,), zapiekanka mięsno makaronowa łatwostrawna 200 g (GLU, JAJ, MLE,), gotowana marchewka juniorka 50 g , sos koperkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 80 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2142.58 kcal; Białko: 95.84 g; Węglowodany : 284.76 g; suma cukrów: 44.66 g; Tłuszcz: 82.22 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.1 g; Błonnik: 25.58 g; : 3.58 g; : 259.18 g; Sód: 1438.23 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (<u>MLE,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa brokułowa 100 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kotlet jajeczny 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>), surówka z papryką i koperkiem 150 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g , rukola 10 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g , jogurt naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl truskawkowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1800.13 kcal; Białko: 84.87 g; Węglowodany : 251.43 g; suma cukrów: 40.81 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.85 g; Błonnik: 25.24 g; : 3.28 g; : 219.89 g; Sód: 1318.55 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g , serek granii 200 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 150 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB, MIE,</u>), pieczone warzywa 130 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	roszponka 10 g , herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 5 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1816.4 kcal; Białko: 102.11 g; Węglowodany : 224.16 g; suma cukrów: 43.38 g; Tłuszcz: 60.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.21 g; Błonnik: 24.65 g; : 3.31 g; : 191.8 g; Sód: 1327.93 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 45 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 105 g (<u>GLU,</u>), szynka biała 40 g , serek granii 200 g (<u>MLE,</u>), masło 15 g (<u>MLE,</u>), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 100 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa brokułowa 200 g (<u>MLE, SEL,</u>), ziemniaki gotowane 150 g , kotlet jajeczny 100 g (<u>GLU, JAJ,</u>), surówka z papryką i koperkiem 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (<u>GLU,</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 120 g , rukola 10 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: koktajl truskawkowy 100 g (<u>MLE,</u>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2102.42 kcal; Białko: 104.64 g; Węglowodany : 240.32 g; suma cukrów: 29.64 g; Tłuszcz: 91.82 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.01 g; Błonnik: 23.14 g; : 4.37 g; : 209.39 g; Sód: 1758.28 mg;

piątek 2026-02-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), szynka biała 40 g , serek granii 200 g (<u>MLE,</u>), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 250 g (<u>MLE,</u>),	kompot 200ml 200 g , zupa warzywna z koperkiem bm/bg 200 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , gotowany filet z dorsza bez selera 100 g (<u>RYB,</u> <u>MIE,</u>), pieczone warzywa 130 g (<u>SEL,</u>), sos potrawkowy 30 g (<u>GLU, MLE, SEL,</u>),	roszponka 10 g , herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (<u>GLU,</u>), masło 20 g (<u>MLE,</u>), polędwica drobiowa 60 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),	Podwieczorek: gruszka pieczona 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171.1 kcal; Białko: 107.33 g; Węglowodany : 246.3 g; suma cukrów: 48.09 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.76 g; Błonnik: 25.71 g; : 3.41 g; : 212.88 g; Sód: 1371.58 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , ser żółty 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	zupa ogórkowa 100 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 150 g , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL,), groszek gotowany 100 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), polędwica drobiowa 20 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 50 g (SEL,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1861.67 kcal; Białko: 69.61 g; Węglowodany : 265.57 g; suma cukrów: 38.37 g; Tłuszcz: 61.91 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.02 g; Błonnik: 29.15 g; : 2.88 g; : 236.42 g; Sód: 1161.63 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1843.86 kcal; Białko: 96.1 g; Węglowodany : 275.45 g; suma cukrów: 42.06 g; Tłuszcz: 42.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.47 g; Błonnik: 24.75 g; : 3.52 g; : 250.72 g; Sód: 1422.65 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb razowy 70 g (GLU,), chleb baltonowski 60 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), ogórek zielony 50 g , ser żółty 40 g (MLE,), szynka biała 120 g , sałata lodowa 20 g ,	zupa ogórkowa 200 g (MLE, SEL,), kompot 200ml 200 g , ryż 100 g , kurczak słodko kwaśny 120 g (SEL,), groszek gotowany 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), polędwica drobiowa 20 g , pasta z ciecierzycy z pomidorami 70 g (SEL,), sałata lodowa 20 g , papryka 40 g ,
II Śniadanie: jogurt naturalny 1 szt (MLE,),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 30 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2109.23 kcal; Białko: 88.86 g; Węglowodany : 237.9 g; suma cukrów: 24.13 g; Tłuszcz: 92.27 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.26 g; Błonnik: 24.87 g; : 3.91 g; : 208.29 g; Sód: 1576.43 mg;

sobota 2026-02-14 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 25 g (MLE,), pomidor bs 50 g , szynka biała 80 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ryż 200 g , piers z kurczka gotowana bez selera 120 g (SEL,), cukinia gotowana 150 g , sos biały 50 g (GLU, MLE, SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 25 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: banan 120 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2105.66 kcal; Białko: 96.34 g; Węglowodany : 275.7 g; suma cukrów: 42.27 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nas. ogółem: 37.62 g; Błonnik: 24.75 g; : 3.52 g; : 250.96 g; Sód: 1425.8 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), schab wiśniowy 100 g , ogórek zielony 50 g , dżem brzoskwiniowy 20 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL, _), kotlet schabowy panierowany 120 g (GLU, JAJ, _), surówka wiosenna 100 g , ziemniaki puree 200 g (MLE, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), szynka konserwowa 60 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1887.62 kcal; Białko: 100.06 g; Węglowodany : 259.51 g; suma cukrów: 41.44 g; Tłuszcz: 55.74 g; Kw. tł. nas. ogółem: 17.16 g; Błonnik: 25.94 g; : 2.69 g; : 233.57 g; Sód: 1088.47 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL, _), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL, _), konfitowany schab 120 g , ziemniaki gotowane 200 g , pieczone warzywa 100 g (SEL, _),	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), ser twarogowy 60 g (MLE, _), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczerek: jogurt naturalny 1 szt (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1801.19 kcal; Białko: 100.32 g; Węglowodany : 234.42 g; suma cukrów: 42.22 g; Tłuszcz: 53.96 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.65 g; Błonnik: 24.89 g; : 3.96 g; : 204.81 g; Sód: 1588.37 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), schab wiśniowy 140 g , ogórek zielony 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 100 g (GLU, SEL, _), kotlet schabowy panierowany 120 g (GLU, JAJ, _), surówka wiosenna 100 g , ziemniaki puree 100 g (MLE, _),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), masło 20 g (MLE, _), szynka konserwowa 100 g , sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g , ogórek kiszony 50 g ,
II Śniadanie: kiwi 90 g ,	Podwieczerek: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.32 kcal; Białko: 113.1 g; Węglowodany : 239.66 g; suma cukrów: 32.2 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nas. ogółem: 34.72 g; Błonnik: 24.49 g; : 2.38 g; : 215.16 g; Sód: 963.62 mg;

niedziela 2026-02-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 60 g , pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszka manną 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosół z makaronem 250 g (GLU, SEL,), sos potrawkowy 30 g (GLU, MLE, SEL,), konfitowany schab 200 g , ziemniaki gotowane 150 g , pieczone warzywa 100 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 60 g (MLE,), sałata lodowa 20 g , pomidor bs 50 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: jogurt naturalny 1 szt (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2170.6 kcal; Białko: 128.48 g; Węglowodany : 237.66 g; suma cukrów: 42 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 35.51 g; Błonnik: 25.04 g; : 5.37 g; : 207.9 g; Sód: 2156.86 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Sniadanie II Sniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z kaszka manną 250 g (GLU, MLE, _), chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 70 g (GLU, _), jajecznica na parze 50 g (JAJ, _), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , masło 5 g (MLE, _), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pomidorowa z ryżem 100 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos truskawkowy 50 g , gotowana marchewka juniorka 50 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), szynka gotowana 60 g , sałatka makaronowa z makrelą 100 g (GLU, SEL, _), pomidor 50 g , rozspanka 10 g ,
II Sniadanie: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, MLE, _), Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	Podwieczorek: panacotta 100 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1879.21 kcal; Białko: 78.61 g; Węglowodany : 249.74 g; suma cukrów: 40.91 g; Tłuszcz: 70.81 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.53 g; Błonnik: 21.63 g; : 1.9 g; : 220.89 g; Sód: 770.1 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , zupa mleczna z kaszka manną 250 g (GLU, MLE, _), chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 20 g , jajecznica na parze 50 g (JAJ, _),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL, _), pierogi leniwe 200 g (GLU, JAJ, MLE, _), serek waniliowy (obiad) 30 g (MLE, _), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), sałata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g , rozspanka 10 g ,
II Sniadanie: biszkopty 40 g (GLU, JAJ, MLE, _), jogurt naturalny 1 szt (MLE, _),	Podwieczorek: panacotta 50 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1838.04 kcal; Białko: 85.28 g; Węglowodany : 233.4 g; suma cukrów: 39.87 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.67 g; Błonnik: 22.18 g; : 2.18 g; : 192.08 g; Sód: 884.52 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , zupa mleczna z kaszka manną 250 g (GLU, MLE, _), chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), jajecznica na parze 60 g (JAJ, _), szynka drobiowa z kurczaka 40 g , masło 15 g (MLE, _), ogórek zielony 50 g , salata masłowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa pomidorowa z ryżem 250 g (MLE, SEL, _), pierogi leniwe 300 g (GLU, JAJ, MLE, _), sos truskawkowy 30 g , gotowana marchewka juniorka 200 g ,	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU, _), chleb razowy 105 g (GLU, _), masło 5 g (MLE, _), szynka gotowana 100 g , sałatka makaronowa z makrelą 70 g (GLU, SEL, _), pomidor 50 g , rozspanka 10 g ,
II Sniadanie: Jogurt owocowy 150 g (MLE, _),	Podwieczorek: panacotta 50 g (MLE, _),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2140.25 kcal; Białko: 87.53 g; Węglowodany : 263.65 g; suma cukrów: 48.5 g; Tłuszcz: 92.15 g; Kw. tł. nas. ogółem: 29.38 g; Błonnik: 29.6 g; : 2.59 g; : 234.04 g; Sód: 1052.78 mg;

poniedziałek 2026-02-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , zupa mleczna z kaszka manną 250 g (GLU, MLE,), chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), szynka drobiowa z kurczaka 60 g , salata masłowa 15 g , jajecznicza na parze 60 g (JAJ,),	kompot 200ml 200 g , zupa rosolnik 250 g (SEL,), pierogi leniwe 250 g (GLU, JAJ, MLE,), serek waniliowy (obiad) 70 g (MLE,), gotowana marchewka juniorka 150 g ,	herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), salata lodowa 20 g , szynka gotowana 80 g , pomidor bs 50 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: biszkopty 40 g (GLU, JAJ, MLE,), jogurt naturalny 1 szt (MLE,),	Podwieczerek: panacotta 100 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.03 kcal; Białko: 99.29 g; Węglowodany : 250.75 g; suma cukrów: 45.45 g; Tłuszcz: 89.13 g; Kw. tł. nas. ogółem: 27.93 g; Błonnik: 23.03 g; : 2.45 g; : 208.58 g; Sód: 995.27 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 5 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 20 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 100 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 200 g , gulasz mięsny po chińsku 120 g , fasolka szparagowa gotowana 100 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: skyr owocowy 1 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1891.5 kcal; Białko: 86.84 g; Węglowodany : 276.9 g; suma cukrów: 32.04 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.32 g; Błonnik: 27.25 g; : 1.73 g; : 217.84 g; Sód: 701.61 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 200 g , pulpety wieprzowe 120 g (GLU, JAJ, SEL,), fasolka szparagowa gotowana 50 g , sos biały 15 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g , soczek jabłkowy 0,2l 1 szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1839.85 kcal; Białko: 71.03 g; Węglowodany : 269.84 g; suma cukrów: 37.83 g; Tłuszcz: 55.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.06 g; Błonnik: 22.71 g; : 1.79 g; : 247.13 g; Sód: 723.07 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), masło 20 g (MLE,), salata masłowa 20 g , ketchup 20 g , ogórek zielony 50 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), ryż brązowy 200 g , gulasz mięsny po chińsku 120 g , fasolka szparagowa gotowana 100 g ,	papryka 40 g , herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: pomarańczko 200 g ,	Podwieczorek: skyr owocowy 1 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2147.24 kcal; Białko: 87.53 g; Węglowodany : 280.77 g; suma cukrów: 32.53 g; Tłuszcz: 83.32 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.82 g; Błonnik: 27.57 g; : 1.82 g; : 221.38 g; Sód: 742.71 mg;

wtorek 2026-02-17 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), ser twarogowy 50 g (MLE,), dżem brzoskwiowy 50 g , pomidor bs 50 g , salata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami owsianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa ziemniaczana 200 g (MLE, SEL,), kasza jaglana 150 g , pulpety wieprzowe 150 g (GLU, JAJ, SEL,), fasolka szparagowa gotowana 100 g , sos biały 30 g (GLU, MLE, SEL,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka biała 60 g , sałata lodowa 20 g ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2129.83 kcal; Białko: 75.34 g; Węglowodany : 275.2 g; suma cukrów: 47.73 g; Tłuszcz: 84.5 g; Kw. tł. nas. ogółem: 32.75 g; Błonnik: 24.4 g; : 2.19 g; : 250.81 g; Sód: 888.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 120 g (GLU,), szynka wieprzowa 100 g , masło 5 g (MLE,), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z kulkami czekoladowymi 250 g (MLE,), chleb razowy 70 g (GLU,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 200 g (SEL,), pierogi ze szpinakiem i serem 100 g (MLE,), sałata lodowa ze śmietaną 100 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 120 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 100 g , ogórek zielony 50 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 100 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1874.58 kcal; Białko: 93.86 g; Węglowodany : 249.81 g; suma cukrów: 43.43 g; Tłuszcz: 57.99 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 27.76 g; Błonnik: 21.69 g; : .96 g; : 228.09 g; Sód: 393.78 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 100 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 250 g , gotowane udko bez selera 100 g , pieczony burak 200 g , sos potrawkowy 20 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 150 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1834.88 kcal; Białko: 97.13 g; Węglowodany : 227.14 g; suma cukrów: 40.08 g; Tłuszcz: 61.5 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 19.86 g; Błonnik: 21.59 g; : 2.3 g; : 205.54 g; Sód: 926.26 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g (GLU,), szynka wieprzowa 100 g , masło 10 g (MLE,), papryka 40 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z kulkami czekoladowymi 100 g (MLE,), chleb razowy 105 g (GLU,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 200 g (SEL,), pierogi ze szpinakiem i serem 200 g (MLE,), sałata lodowa ze śmietaną 100 g (MLE,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 90 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), schab wiśniowy 100 g , ogórek zielony 50 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 250 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2106.84 kcal; Białko: 88.69 g; Węglowodany : 240.29 g; suma cukrów: 46.56 g; Tłuszcz: 90.12 g; Kw. tłu. nas. ogółem: 43.91 g; Błonnik: 23.82 g; : .98 g; : 216.45 g; Sód: 402.8 mg;

środa 2026-02-18 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 80 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka wieprzowa 100 g , pomidor bs 50 g , sałata masłowa 20 g , zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 250 g (GLU, MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa wiosenna krem BG/BM 250 g (SEL,), ziemniaki gotowane 150 g , gotowane udko bez selera 100 g , pieczony burak 150 g , sos potrawkowy 50 g (GLU, MLE, SEL,),	sałata lodowa 20 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), schab wiśniowy 90 g , rozspanka 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: koktajl marchew/jabłko/banan/dynia 200 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2183.82 kcal; Białko: 103.05 g; Węglowodany : 248.79 g; suma cukrów: 51.54 g; Tłuszcz: 88.43 g; Kw. tł. nas. ogółem: 39.89 g; Błonnik: 23.19 g; : 3.32 g; : 225.59 g; Sód: 1338.91 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 105 g (GLU,), schab wiśniowy 80 g , masło 5 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 250 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 200 g (MLE, SEL,), kluski śląskie 100 g (GLU, JAJ,), sos warzywny z pomidorami groszkiem i fasolą(bolński wege) 150 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 35 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka gotowana 20 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1833.76 kcal; Białko: 79.71 g; Węglowodany : 261.66 g; suma cukrów: 39.93 g; Tłuszcz: 55.3 g; Kw. tł. nas. ogółem: 20.05 g; Błonnik: 25.58 g; : 2.19 g; : 236.08 g; Sód: 885.37 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), schab wiśniowy 40 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 100 g (MLE, SEL,), kluski śląskie 100 g (GLU, JAJ,), sos z pieczonych warzyw gładki 150 g (MLE,),	pasta z soczewicy łatwostrawna 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 120 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1846.56 kcal; Białko: 80.91 g; Węglowodany : 249.62 g; suma cukrów: 36.2 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nas. ogółem: 18.7 g; Błonnik: 23.5 g; : 4.14 g; : 226.1 g; Sód: 1659.55 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), schab wiśniowy 40 g , ser topiony 35 g (MLE,), masło 10 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzianą 250 g (MLE,), rzodkiewka (2 sztuki) 30 g ,	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 200 g (MLE, SEL,), kluski śląskie 150 g (GLU, JAJ,), sos warzywny z pomidorami groszkiem i fasolą(bolński wege) 150 g (SEL,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka gotowana 20 g , pasta z soczewicy łatwostrawna 30 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 20 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2171 kcal; Białko: 77.36 g; Węglowodany : 276.48 g; suma cukrów: 40.4 g; Tłuszcz: 87.55 g; Kw. tł. nas. ogółem: 36.8 g; Błonnik: 26.38 g; : 2.99 g; : 250.1 g; Sód: 1206.83 mg;

czwartek 2026-02-19 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), schab wiśniowy 40 g , ser twarogowy 50 g (MLE,), pomidor bs 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z kaszką kukurudzią 250 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa krem z selera 250 g (MLE, SEL,), kluski śląskie 150 g (GLU, JAJ,), sos z pieczonych warzyw gładki 150 g (MLE,),	pastę z soczewicy łatwostrawna 30 g , herbata 200 g , chleb pszenny 60 g (GLU,), masło 15 g (MLE,), szynka gotowana 60 g , roszponka 10 g ,
II Śniadanie: serek homogenizowany owocowy 100 g (MLE,),	Podwieczorek: chrupki kukurydziane 40 g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2122.71 kcal; Białko: 84.51 g; Węglowodany : 254.18 g; suma cukrów: 46.94 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nas. ogółem: 35.5 g; Błonnik: 21.89 g; : 3.8 g; : 232.3 g; Sód: 1529.14 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Szpital św. Rodziny w Poznaniu		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Dorośli		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 5 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 150 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 200 g (MLE, SEL,), makaron (razowy) z dorszem w sosie warzywnym 300 g (RYB, SEL, MIĘ,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 10 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , roszponka 10 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	Podwieczorek: panacotta z prażonym jabłkiem 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1853.49 kcal; Białko: 86.67 g; Węglowodany : 274.19 g; suma cukrów: 43.95 g; Tłuszcz: 48.39 g; Kw. tł. nas. ogółem: 19.71 g; Błonnik: 22.87 g; : 3.32 g; : 247.73 g; Sód: 1334.31 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Dorośli		
herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), makaron z dorszem w sosie warzywnym 250 g (GLU, RYB, SEL, MIĘ,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 5 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , roszponka 10 g ,
II Śniadanie: herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	Podwieczorek: panacotta z prażonym jabłkiem 200 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1800.03 kcal; Białko: 90.97 g; Węglowodany : 259.03 g; suma cukrów: 44.89 g; Tłuszcz: 46.92 g; Kw. tł. nas. ogółem: 15.55 g; Błonnik: 21.58 g; : 2.9 g; : 235.97 g; Sód: 1167.72 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa Kobiety ciężarnej/ w okresie laktacji		
herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), szynka biała 40 g , serek granii 100 g (MLE,), masło 20 g (MLE,), pomidor 50 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 150 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem 200 g (MLE, SEL,), makaron (razowy) z dorszem w sosie warzywnym 300 g (RYB, SEL, MIĘ,),	herbata 200 g , chleb baltonowski 60 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU,), masło 30 g (MLE,), polędwica drobiowa 60 g , pomidor bs 50 g , roszponka 10 g ,
II Śniadanie: mandarynka 100 g , herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	Podwieczorek: panacotta z prażonym jabłkiem 150 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2115.29 kcal; Białko: 86.92 g; Węglowodany : 274.44 g; suma cukrów: 44.16 g; Tłuszcz: 77.26 g; Kw. tł. nas. ogółem: 38.86 g; Błonnik: 22.87 g; : 3.32 g; : 247.98 g; Sód: 1337.46 mg;

piątek 2026-02-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna Kobieta ciężarna/ w okresie laktacji		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), szynka biała 40 g , serek granii 200 g (MLE,), pomidor bs 100 g , sałata lodowa 20 g , zupa mleczna z ryżem 250 g (MLE,),	kompot 200ml 200 g , zupa marchewkowa krem BM 250 g (SEL,), makaron z dorszem w sosie warzywnym 250 g (GLU, RYB, SEL, MIĘ,),	pomidor bs 50 g , herbata 200 g , chleb pszenny 100 g (GLU,), masło 20 g (MLE,), polędwica drobiowa 80 g , roszonek 10 g ,
II Śniadanie: herbatniki Be-Be 16 g (GLU,),	Podwieczorek: panacotta z prażonym jabłkiem 200 g (MLE,),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2119.49 kcal; Białko: 101.96 g; Węglowodany : 262.68 g; suma cukrów: 45.07 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nas. ogółem: 31.96 g; Błonnik: 21.58 g; : 2.9 g; : 238.14 g; Sód: 1171.1 mg;