		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-10 wtorek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z jajek 50g 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml		kisiel 250 ml, , (Danie gotowane)	
	Obiad	zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kotlet schabowy z pieca 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) schab duszony dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kotlet sojowy pieczony 4 szt, Zawiera: **GLU, JAJ, SOJ, SEL** ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa neapolitańska z makaronem 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kotlet schabowy z pieca 100 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g kapusta włoska duszona 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** papryka 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g sałata 15 g	herbata 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** papryka 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta ryżowo-paprykowa 50 g pomidor 75 g sałata 15 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** papryka 75 g sałata 15 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-10 wtorek		Energia: 2199.27 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 65.73 g; Węglowodany ogółem: 290.51 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g; Sód: 3190.93 mg; Sól: 7.99 g; suma cukrów prostych: 46.25 g; Żelazo: 11.58 mg; Fosfor: 1786.19 mg; P	Energia: 2090.95 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 60.72 g; Węglowodany ogółem: 278.07 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; Sód: 3215.06 mg; Sól: 8.04 g; suma cukrów prostych: 48.76 g; Żelazo: 11.37 mg; Fosfor: 1670.33 mg; P	Energia: 2028.50 kcal; Białko ogółem: 125.16 g; Tłuszcz: 50.88 g; Węglowodany ogółem: 279.80 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; Sód: 3169.78 mg; Sól: 7.93 g; suma cukrów prostych: 50.47 g; Żelazo: 10.52 mg; Fosfor: 1705.94 mg; P	Energia: 2336.55 kcal; Białko ogółem: 136.75 g; Tłuszcz: 72.57 g; Węglowodany ogółem: 302.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.90 g; Sód: 3548.76 mg; Sól: 8.88 g; suma cukrów prostych: 54.15 g; Żelazo: 14.98 mg; Fosfor: 2317.74 mg; P	Energia: 2124.31 kcal; Białko ogółem: 93.79 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 290.65 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.57 g; Sód: 2244.12 mg; Sól: 5.62 g; suma cukrów prostych: 49.12 g; Żelazo: 9.89 mg; Fosfor: 1538.08 mg; Pot	Energia: 2210.48 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 70.64 g; Węglowodany ogółem: 312.18 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g; Sód: 2260.15 mg; Sól: 5.66 g; suma cukrów prostych: 64.85 g; Żelazo: 9.93 mg; Fosfor: 1542.08 mg; Pot	Energia: 2285.44 kcal; Białko ogółem: 123.69 g; Tłuszcz: 65.73 g; Węglowodany ogółem: 312.05 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; Sód: 3206.96 mg; Sól: 8.03 g; suma cukrów prostych: 61.98 g; Żelazo: 11.62 mg; Fosfor: 1790.19 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-11 środa	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g, Zawiera: **MLE** jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) pomidor 75 g		kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twarog z koperkiem 50 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta z jarzyn 50 g, Zawiera: **SEL** woda źródlana 200 ml		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona swieża z groszkiem 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona swieża z groszkiem 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** udko z kurczaka gotowane 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa koperkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** papryka faszerowana pieczona 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie pieczone) bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** papryka faszerowana pieczona 300 g, Zawiera: **MLE**, (Danie pieczone) bukiet z jarzyn z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa ogórkowa z ryżem gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** udko z kurczaka pieczone 120 g, Zawiera: **SEL**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g marchewka duszona 180 g, Zawiera: **GLU** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				pomarancza 250 g woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka z pora 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** ser do chleba 125 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sałatka z pora 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** jabłko 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2140.69 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 62.66 g; Węglowodany ogółem: 286.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.72 g; Błonnik pokarmowy: 29.83 g; Sód: 3261.36 mg; Sól: 8.16 g; suma cukrów prostych: 55.52 g; Żelazo: 10.77 mg; Fosfor: 1818.74 mg; P	Energia: 2159.78 kcal; Białko ogółem: 123.21 g; Tłuszcz: 60.22 g; Węglowodany ogółem: 294.79 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.50 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; Sód: 3107.88 mg; Sól: 7.78 g; suma cukrów prostych: 57.09 g; Żelazo: 10.80 mg; Fosfor: 1762.84 mg; P	Energia: 2120.53 kcal; Białko ogółem: 120.92 g; Tłuszcz: 56.76 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.86 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; Sód: 3165.87 mg; Sól: 7.92 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Żelazo: 10.15 mg; Fosfor: 1719.49 mg; P	Energia: 2324.06 kcal; Białko ogółem: 125.59 g; Tłuszcz: 62.40 g; Węglowodany ogółem: 334.90 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g; Sód: 3191.09 mg; Sól: 7.99 g; suma cukrów prostych: 65.08 g; Żelazo: 13.53 mg; Fosfor: 1960.50 mg; P	Energia: 2295.71 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 62.88 g; Węglowodany ogółem: 323.59 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 26.66 g; Błonnik pokarmowy: 36.21 g; Sód: 2942.52 mg; Sól: 7.36 g; suma cukrów prostych: 71.12 g; Żelazo: 13.26 mg; Fosfor: 2079.50 mg; P	Energia: 2430.14 kcal; Białko ogółem: 124.43 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 321.40 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 34.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.93 g; Sód: 2401.97 mg; Sól: 6.01 g; suma cukrów prostych: 76.33 g; Żelazo: 13.04 mg; Fosfor: 2171.16 mg; P	Energia: 2232.79 kcal; Białko ogółem: 119.36 g; Tłuszcz: 67.17 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.30 g; Błonnik pokarmowy: 27.46 g; Sód: 3363.33 mg; Sól: 8.41 g; suma cukrów prostych: 61.26 g; Żelazo: 10.26 mg; Fosfor: 1957.72 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-12 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** ogórek świeży 75 g sałata 15 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałata 15 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałata 15 g pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** szynka łopatkowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałata 15 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g sałata 15 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser ziarnisty 150 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** ogórek świeży 75 g
	II Ś				maślanka naturalna 200 ml, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml		kiwi 70 g	
	Obiad	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) gołąbki z kaszą i mięsem wieprzowym 250 g, Zawiera: **GLU**, (Danie pieczone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kasza z bukietem z warzyw i mięsem wieprzowym dieta 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kasza z warzywami i mięsem wieprzowym dieta niskotłuszczowa 350 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) kasza z bukietem z warzyw i mięsem wieprzowym dieta 350 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) gołąbki wegetariańskie b/zawijania z kaszą 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie pieczone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** budyń 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml		zupa koperkowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL**, (Danie gotowane) gołąbki z kaszą i mięsem wieprzowym 220 g, Zawiera: **GLU**, (Danie pieczone) sos pieczarkowy gotowany 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g sardynki w pomidorach 120 g, Zawiera: **RYB** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g jabłko 150 g	
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-12 czwartek		Energia: 2367.52 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 65.21 g; Węglowodany ogółem: 348.04 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; Sód: 3185.75 mg; Sól: 7.97 g; suma cukrów prostych: 61.04 g; Żelazo: 12.78 mg; Fosfor: 1813.55 mg; P	Energia: 2281.74 kcal; Białko ogółem: 120.88 g; Tłuszcz: 63.35 g; Węglowodany ogółem: 322.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Sód: 2905.76 mg; Sól: 7.27 g; suma cukrów prostych: 59.57 g; Żelazo: 12.50 mg; Fosfor: 1702.88 mg; P	Energia: 2255.04 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 57.47 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.60 g; Sód: 3369.99 mg; Sól: 8.43 g; suma cukrów prostych: 64.96 g; Żelazo: 12.32 mg; Fosfor: 1738.21 mg; P	Energia: 2269.57 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 60.78 g; Węglowodany ogółem: 335.07 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.41 g; Błonnik pokarmowy: 48.83 g; Sód: 3299.31 mg; Sól: 8.25 g; suma cukrów prostych: 57.35 g; Żelazo: 16.30 mg; Fosfor: 1995.93 mg; P	Energia: 2396.56 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 74.40 g; Węglowodany ogółem: 323.38 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.53 g; Błonnik pokarmowy: 35.25 g; Sód: 3100.36 mg; Sól: 7.76 g; suma cukrów prostych: 84.77 g; Żelazo: 15.35 mg; Fosfor: 2486.05 mg; P	Energia: 2360.74 kcal; Białko ogółem: 115.31 g; Tłuszcz: 67.95 g; Węglowodany ogółem: 335.95 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.40 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g; Sód: 2780.86 mg; Sól: 6.96 g; suma cukrów prostych: 93.77 g; Żelazo: 12.81 mg; Fosfor: 2134.41 mg; P	Energia: 2349.00 kcal; Białko ogółem: 114.17 g; Tłuszcz: 62.15 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; Sód: 2850.76 mg; Sól: 7.13 g; suma cukrów prostych: 67.64 g; Żelazo: 12.73 mg; Fosfor: 1802.17 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-13 piątek	Śniadanie	herbata b/c 300 ml grysik na mleku 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml grysik na mleku 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml grysik na mleku 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml grysik na mleku 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml grysik na mleku 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml grysik na mleku 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenno-żytni 60 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g miod 25 g ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** jabłko 150 g	herbata 300 ml płatki owsiane na mleku gotowane 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g miod 25 g szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g
	II Ś				szynka łopatkowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 ml		koktajl owocowy na maślance 250 ml, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron gotowany z serem białym diety niskotłuszczowe 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa ziemniaczana gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron gotowany z serem białym b/cukru 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców b/cukru 400 ml pomarancza 250 g	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) pomarancza 250 g napój z owoców 400 ml	zupa grochowa z ziemniakami gotowana 300 ml, Zawiera: **SEL** makaron gotowany z serem i cukrem 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml
	P				jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z jarzyn 50 g pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z jarzyn 50 g pomidor 75 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta z pieczoengo udźca z kurczaka 50 g, Zawiera: **SEL** pomidor 75 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2453.78 kcal; Białko ogółem: 127.14 g; Tłuszcz: 52.78 g; Węglowodany ogółem: 385.72 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.10 g; Błonnik pokarmowy: 36.03 g; Sód: 2445.01 mg; Sól: 6.12 g; suma cukrów prostych: 63.31 g; Żelazo: 12.99 mg; Fosfor: 1888.16 mg; P	Energia: 2282.63 kcal; Białko ogółem: 116.48 g; Tłuszcz: 52.81 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; Sód: 2586.78 mg; Sól: 6.47 g; suma cukrów prostych: 60.77 g; Żelazo: 10.04 mg; Fosfor: 1620.28 mg; P	Energia: 2241.28 kcal; Białko ogółem: 116.51 g; Tłuszcz: 47.84 g; Węglowodany ogółem: 347.68 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.00 g; Sód: 2579.03 mg; Sól: 6.45 g; suma cukrów prostych: 61.48 g; Żelazo: 10.06 mg; Fosfor: 1620.94 mg; P	Energia: 2376.20 kcal; Białko ogółem: 128.45 g; Tłuszcz: 58.34 g; Węglowodany ogółem: 350.20 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.91 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; Sód: 3054.02 mg; Sól: 7.64 g; suma cukrów prostych: 64.06 g; Żelazo: 11.77 mg; Fosfor: 2008.32 mg; P	Energia: 2364.29 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 50.04 g; Węglowodany ogółem: 377.16 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.48 g; Błonnik pokarmowy: 35.88 g; Sód: 2077.80 mg; Sól: 5.20 g; suma cukrów prostych: 64.06 g; Żelazo: 12.22 mg; Fosfor: 1821.75 mg; P	Energia: 2310.58 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 370.80 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.49 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g; Sód: 4144.07 mg; Sól: 10.37 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Żelazo: 10.72 mg; Fosfor: 1794.73 mg;	Energia: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 123.31 g; Tłuszcz: 56.53 g; Węglowodany ogółem: 372.89 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g; Sód: 4476.77 mg; Sól: 11.20 g; suma cukrów prostych: 77.76 g; Żelazo: 11.79 mg; Fosfor: 1929.52 mg;

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-14 sobota	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa drobiowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg 100 g, Zawiera: **MLE** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g	
	II Ś				budyń b/cukru 200 ml, , (Danie gotowane) woda źródlana 200 ml		skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, , (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, , (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml		krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, , (Danie gotowane) napój z owoców b/cukru 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pierogi ruskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, , (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 300 ml, Zawiera: **GLU, SEL** pierogi ruskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml	krupnik gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, SEL** gulasz wołowy dieta 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE**			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka jarzynowa 100 g, Zawiera: **MLE, SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka jarzynowa -diety niskotłuszczowe 100 g, Zawiera: **MLE, SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 36g 36 g sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka z pora 100 g, Zawiera: **JAJ, MLE, GOR** jabłko 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2063.60 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 59.20 g; Węglowodany ogółem: 291.12 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.64 g; Błonnik pokarmowy: 38.40 g; Sód: 2574.37 mg; Sól: 6.44 g; suma cukrów prostych: 61.29 g; Żelazo: 18.05 mg; Fosfor: 1887.32 mg; P	Energia: 2042.73 kcal; Białko ogółem: 109.39 g; Tłuszcz: 52.51 g; Węglowodany ogółem: 296.18 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 18.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; Sód: 2486.01 mg; Sól: 6.22 g; suma cukrów prostych: 57.46 g; Żelazo: 14.31 mg; Fosfor: 1540.21 mg; P	Energia: 2006.18 kcal; Białko ogółem: 110.72 g; Tłuszcz: 45.16 g; Węglowodany ogółem: 303.62 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sód: 3091.72 mg; Sól: 7.73 g; suma cukrów prostych: 61.58 g; Żelazo: 13.90 mg; Fosfor: 1573.89 mg; P	Energia: 2295.10 kcal; Białko ogółem: 122.98 g; Tłuszcz: 67.16 g; Węglowodany ogółem: 319.01 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.71 g; Błonnik pokarmowy: 44.62 g; Sód: 2684.54 mg; Sól: 6.72 g; suma cukrów prostych: 55.16 g; Żelazo: 19.18 mg; Fosfor: 2169.97 mg; P	Energia: 2381.79 kcal; Białko ogółem: 111.42 g; Tłuszcz: 77.05 g; Węglowodany ogółem: 325.87 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 33.60 g; Błonnik pokarmowy: 40.12 g; Sód: 2178.81 mg; Sól: 5.45 g; suma cukrów prostych: 54.76 g; Żelazo: 15.32 mg; Fosfor: 2028.02 mg; P	Energia: 2450.04 kcal; Białko ogółem: 129.51 g; Tłuszcz: 77.73 g; Węglowodany ogółem: 322.73 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 33.77 g; Błonnik pokarmowy: 38.66 g; Sód: 6055.09 mg; Sól: 15.29 g; suma cukrów prostych: 60.16 g; Żelazo: 14.91 mg; Fosfor: 2005.58 mg;	Energia: 2154.65 kcal; Białko ogółem: 128.60 g; Tłuszcz: 59.14 g; Węglowodany ogółem: 296.24 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sód: 2573.47 mg; Sól: 6.59 g; suma cukrów prostych: 66.67 g; Żelazo: 17.98 mg; Fosfor: 1885.22 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-15 niedziela	Śniadanie	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g mandarynka 150 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g mandarynka 150 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g twaróg z koperkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** szynka konserwowa 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** mandarynka 150 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 40 g mandarynka 150 g	mleko 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg ze szczypiorkiem 100 g, Zawiera: **MLE** dżem 20 g mandarynka 150 g	
	II Ś				maślanka naturalna 200 ml woda źródlana 200 ml		maślanka naturalna 200 ml	
	Obiad	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab pieczony 80 g, , (Danie pieczone) sos porowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie śmietanowo ziołowym 160 g, Zawiera: **GLU, MLE** ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** gzik 130 g, Zawiera: **MLE** ziemniaki pieczone 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml		zupa kalafiorowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** schab duszony w sosie myśliwskim 160 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g sałatka z kapusty czerwonej 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				jabłko 150 g woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 100 g	herbata b/c 300 ml chleb wieloziarnisty 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g		herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 100 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2073.47 kcal; Białko ogółem: 101.09 g; Tłuszcz: 58.13 g; Węglowodany ogółem: 300.76 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.94 g; Błonnik pokarmowy: 27.70 g; Sód: 2238.43 mg; Sól: 5.60 g; suma cukrów prostych: 74.83 g; Żelazo: 10.48 mg; Fosfor: 1457.96 mg; P	Energia: 2155.98 kcal; Białko ogółem: 117.03 g; Tłuszcz: 57.61 g; Węglowodany ogółem: 305.88 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.70 g; Błonnik pokarmowy: 25.52 g; Sód: 2356.12 mg; Sól: 5.90 g; suma cukrów prostych: 75.11 g; Żelazo: 11.02 mg; Fosfor: 1580.27 mg; P	Energia: 2118.75 kcal; Białko ogółem: 116.83 g; Tłuszcz: 52.85 g; Węglowodany ogółem: 307.42 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.71 g; Sód: 2349.43 mg; Sól: 5.88 g; suma cukrów prostych: 76.09 g; Żelazo: 11.03 mg; Fosfor: 1570.53 mg; P	Energia: 2113.48 kcal; Białko ogółem: 122.01 g; Tłuszcz: 60.91 g; Węglowodany ogółem: 290.36 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.45 g; Błonnik pokarmowy: 41.46 g; Sód: 2673.64 mg; Sól: 6.69 g; suma cukrów prostych: 60.82 g; Żelazo: 15.10 mg; Fosfor: 1927.20 mg; P	Energia: 2154.67 kcal; Białko ogółem: 103.99 g; Tłuszcz: 61.68 g; Węglowodany ogółem: 302.22 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; Sód: 2141.34 mg; Sól: 5.36 g; suma cukrów prostych: 78.15 g; Żelazo: 9.57 mg; Fosfor: 1719.57 mg; Po	Energia: 2200.07 kcal; Białko ogółem: 110.73 g; Tłuszcz: 62.64 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.60 g; Błonnik pokarmowy: 27.39 g; Sód: 2261.14 mg; Sól: 5.66 g; suma cukrów prostych: 80.15 g; Żelazo: 9.71 mg; Fosfor: 1877.17 mg; Po	Energia: 2201.10 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 62.92 g; Węglowodany ogółem: 304.62 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Sód: 2555.04 mg; Sól: 6.40 g; suma cukrów prostych: 77.84 g; Żelazo: 11.15 mg; Fosfor: 1714.10 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-16 poniedziałek	Śniadanie	kakao/cukru 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kakao/cukru 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kakao/cukru 300 ml, , (Danie gotowane) chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser homogenizowany 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g	kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** miod 25 g pomidor 75 g		kakao 300 ml, Zawiera: **MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek homogenizowany naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka wieprzowa 36g 36 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** woda źródlana 200 ml		kiwi 70 g	
	Obiad	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** łazanki z kapustą białą i mięsem wieprzowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron z piersią z kurczaka i mieszanką warzywną 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ** surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron z piersią z kurczaka - niskotluszczowe 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** surówka z selera i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** makaron z piersią z kurczaka i mieszanką warzywną 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** łazanki z kapustą białą i pieczarkami 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ** surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml		zupa barszcz czerwony z ziemniakami gotowany 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** łazanki z kapustą białą i mięsem wieprzowym 300 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie gotowane) surówka z selera i jabłka 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój z owoców 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jabłko 150 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g serek do chleba warzywny 125 g, Zawiera: **MLE** pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** jabłko 150 g		herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) pasta warzywna z gotowaną fasolą 50 g, Zawiera: **SEL** jabłko 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-16 poniedziałek		Energia: 2342.70 kcal; Białko ogółem: 120.07 g; Tłuszcz: 70.26 g; Węglowodany ogółem: 324.61 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 33.68 g; Sód: 2169.72 mg; Sól: 5.43 g; suma cukrów prostych: 60.03 g; Żelazo: 13.86 mg; Fosfor: 1697.71 mg; P	Energia: 2362.42 kcal; Białko ogółem: 129.29 g; Tłuszcz: 68.56 g; Węglowodany ogółem: 323.10 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g; Sód: 2266.80 mg; Sól: 5.67 g; suma cukrów prostych: 60.69 g; Żelazo: 13.04 mg; Fosfor: 1800.98 mg; P	Energia: 2287.87 kcal; Białko ogółem: 127.73 g; Tłuszcz: 63.37 g; Węglowodany ogółem: 317.44 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; Sód: 2675.97 mg; Sól: 6.70 g; suma cukrów prostych: 61.28 g; Żelazo: 12.52 mg; Fosfor: 1751.37 mg; P	Energia: 2306.54 kcal; Białko ogółem: 130.16 g; Tłuszcz: 66.10 g; Węglowodany ogółem: 320.38 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 25.85 g; Błonnik pokarmowy: 44.91 g; Sód: 2640.44 mg; Sól: 6.61 g; suma cukrów prostych: 48.46 g; Żelazo: 16.12 mg; Fosfor: 1963.25 mg; P	Energia: 2320.09 kcal; Białko ogółem: 98.99 g; Tłuszcz: 68.26 g; Węglowodany ogółem: 345.19 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.64 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g; Sód: 2222.30 mg; Sól: 5.56 g; suma cukrów prostych: 74.13 g; Żelazo: 12.95 mg; Fosfor: 1742.82 mg; Po	Energia: 2371.09 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 68.68 g; Węglowodany ogółem: 357.01 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 30.74 g; Błonnik pokarmowy: 36.95 g; Sód: 2225.70 mg; Sól: 5.57 g; suma cukrów prostych: 81.87 g; Żelazo: 13.29 mg; Fosfor: 1770.02 mg; Po	Energia: 2433.60 kcal; Białko ogółem: 120.84 g; Tłuszcz: 70.68 g; Węglowodany ogółem: 346.41 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 28.78 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g; Sód: 2173.22 mg; Sól: 5.44 g; suma cukrów prostych: 77.74 g; Żelazo: 14.20 mg; Fosfor: 1724.91 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-17 wtorek	Śniadanie	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g ogórek świeży 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** kiełbasa szynkowa wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ** pomidor 75 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** jajko 100 g, Zawiera: **JAJ** ogórek świeży 75 g		herbata 300 ml chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g skyr naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** szynka gotowana wieprzowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL** ogórek świeży 75 g
	II Ś				budyń b/cukru 200 ml, Zawiera: **MLE**, (Danie gotowane) woda źródlana 200 ml		jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE**	
	Obiad	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany podstawa 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój z owoców 400 ml		zupa jarzynowa z ziemniakami gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany dieta 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) surówka z marchwii i jabłka drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE** napój z owoców b/cukru 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kotleciki z kaszy jęczmiennej pieczone 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 300 ml, Zawiera: **MLE, SEL** kotleciki z kaszy jęczmiennej pieczone 350 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE** sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i fasolą gotowana 400 ml, Zawiera: **MLE, SEL** sos mięsny wieprzowy gotowany podstawa 160 g, Zawiera: **GLU, SEL**, (Danie gotowane) kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) sałatka z kapusty pekińskiej z sosem vinegre 150 g napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** ser żółty 20 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 36 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** mandarynka 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 36 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g mandarynka 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa 36 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g mandarynka 150 g	herbata b/c 300 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 20 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** mandarynka 100 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta z twarogu i ryby 100 g, Zawiera: **RYB, MLE** sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** mandarynka 150 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g twaróg z koperkiem 100 g sałatka jarzynowa 50 g, Zawiera: **MLE, SEL** mandarynka 150 g	herbata 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 36 g twaróg z koperkiem swieżym 100 g mandarynka 150 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2062.94 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 55.33 g; Węglowodany ogółem: 295.91 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.77 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; Sód: 2073.38 mg; Sól: 5.34 g; suma cukrów prostych: 44.07 g; Żelazo: 12.07 mg; Fosfor: 1450.50 mg; P	Energia: 2004.87 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 49.84 g; Węglowodany ogółem: 292.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g; Sód: 2114.62 mg; Sól: 5.44 g; suma cukrów prostych: 49.99 g; Żelazo: 9.83 mg; Fosfor: 1252.04 mg; Po	Energia: 1959.87 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 44.84 g; Węglowodany ogółem: 292.17 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g; Sód: 2106.72 mg; Sól: 5.42 g; suma cukrów prostych: 49.99 g; Żelazo: 9.83 mg; Fosfor: 1252.04 mg; Po	Energia: 2292.70 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 61.27 g; Węglowodany ogółem: 333.09 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.05 g; Błonnik pokarmowy: 44.66 g; Sód: 2625.14 mg; Sól: 6.72 g; suma cukrów prostych: 67.23 g; Żelazo: 15.06 mg; Fosfor: 1993.07 mg; P	Energia: 2353.69 kcal; Białko ogółem: 114.10 g; Tłuszcz: 64.36 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.30 g; Błonnik pokarmowy: 32.87 g; Sód: 2031.42 mg; Sól: 5.23 g; suma cukrów prostych: 46.53 g; Żelazo: 13.79 mg; Fosfor: 1768.08 mg; P	Energia: 2410.96 kcal; Białko ogółem: 118.64 g; Tłuszcz: 63.15 g; Węglowodany ogółem: 352.00 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 23.10 g; Błonnik pokarmowy: 32.02 g; Sód: 2349.41 mg; Sól: 6.03 g; suma cukrów prostych: 57.28 g; Żelazo: 13.01 mg; Fosfor: 1817.43 mg; P	Energia: 2229.23 kcal; Białko ogółem: 127.09 g; Tłuszcz: 57.73 g; Węglowodany ogółem: 315.90 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 19.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Sód: 2411.88 mg; Sól: 6.19 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Żelazo: 11.38 mg; Fosfor: 1598.96 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-18 środa	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 50g 50 g		herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 50 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosennna z pomidorami 50g 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser zółty 90 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ser żółty 57 g, Zawiera: **MLE** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa drobiowa 90 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** sałatka wiosenna z ogórkiem świeżym 50 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** pasta z jajek z koperkiem 50g 50 g, Zawiera: **JAJ** woda źródlana 200 ml		drożdżowka 100 g	
	Obiad	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kotlet górski pieczony 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g mizeria 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pulpet drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pulpet drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych drobno starta 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** pulpet drobiowy dieta 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) sos śmietanowy-ziołowy 80 ml, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** kotleciki z buraka i kaszy 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem 300 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** kotleciki z buraka i kaszy 120 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g surówka z warzyw mieszanych 150 g, Zawiera: **MLE, SEL** napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem 300 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL** kotlet górski pieczony 80 g, Zawiera: **GLU, JAJ**, (Danie pieczone) ziemniaki gotowane 200 g mizeria 150 g, Zawiera: **MLE** napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 30 g, Zawiera: **GLU** ser zółty 36g 36 g, Zawiera: **MLE** woda źródlana 200 ml			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g, Zawiera: **GLU, JAJ, RYB, SOJ, MLE, GOR** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g jabłko gotowane 160 g	herbata b/c 500 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g filet śledziowy w sosie pomidorowym 85 g jajko gotowane 50 g, Zawiera: **JAJ**, (Danie gotowane) pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii pieczona 40 g, Zawiera: **RYB, SEL** jajko 50 g, Zawiera: **JAJ** pomidor 75 g jabłko 150 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g ryba w folii z jarzynami pieczona 80 g, Zawiera: **RYB, SEL** szynka łopatkowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** jabłko 150 g pomidor 75 g
	Pn	kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwostrawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiełek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-18 środa		Energia: 2215.77 kcal; Białko ogółem: 105.20 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 293.61 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; Sód: 3591.14 mg; Sól: 8.98 g; suma cukrów prostych: 50.74 g; Żelazo: 11.28 mg; Fosfor: 1523.08 mg; P	Energia: 2125.53 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz: 62.06 g; Węglowodany ogółem: 288.69 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.81 g; Sód: 3236.29 mg; Sól: 8.10 g; suma cukrów prostych: 57.47 g; Żelazo: 11.27 mg; Fosfor: 1586.13 mg; P	Energia: 2129.18 kcal; Białko ogółem: 116.12 g; Tłuszcz: 62.09 g; Węglowodany ogółem: 289.57 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g; Sód: 3236.43 mg; Sól: 8.10 g; suma cukrów prostych: 58.18 g; Żelazo: 11.30 mg; Fosfor: 1586.79 mg; P	Energia: 2296.64 kcal; Białko ogółem: 123.13 g; Tłuszcz: 70.56 g; Węglowodany ogółem: 304.66 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 27.22 g; Błonnik pokarmowy: 34.82 g; Sód: 3571.24 mg; Sól: 8.93 g; suma cukrów prostych: 41.22 g; Żelazo: 13.92 mg; Fosfor: 1780.07 mg; P	Energia: 2355.49 kcal; Białko ogółem: 102.33 g; Tłuszcz: 72.61 g; Węglowodany ogółem: 327.73 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 29.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.24 g; Sód: 2769.72 mg; Sól: 6.93 g; suma cukrów prostych: 66.10 g; Żelazo: 13.22 mg; Fosfor: 1882.40 mg; P	Energia: 2450.85 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 65.97 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 24.19 g; Błonnik pokarmowy: 35.02 g; Sód: 3582.45 mg; Sól: 8.96 g; suma cukrów prostych: 76.83 g; Żelazo: 13.10 mg; Fosfor: 1640.67 mg; Po	Energia: 2468.91 kcal; Białko ogółem: 113.79 g; Tłuszcz: 74.75 g; Węglowodany ogółem: 348.39 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 22.33 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g; Sód: 4646.74 mg; Sól: 11.62 g; suma cukrów prostych: 62.25 g; Żelazo: 11.69 mg; Fosfor: 1524.64 mg;
2026-11-19 czwartek	Śniadanie	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 150 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g pasta jajeczno-serowa 50 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g pasta jajeczno-serowa 50 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenny 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** twaróg na słodko 50 g, Zawiera: **MLE** pomidor 75 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 75 g, Zawiera: **GLU** bułka razowa 70 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta jajeczno-serowa 50 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** miod 25 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno- żytni 70 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** miod 25 g pomidor 75 g	kawa zbożowa b/cukru 300 ml, Zawiera: **GLU, MLE** chleb pszenno-żytni 150 g, Zawiera: **GLU** bułka pszenna 50 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g szynka konserwowa 57 g, Zawiera: **GLU, SOJ, SEL, GOR** pasta jajeczno-serowa 50 g, Zawiera: **JAJ, MLE** pomidor 75 g
	II Ś				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 ml serek do chleba 1/2szt 62,5 g, Zawiera: **MLE**		jabłko 150 g	
	Obiad	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, , (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, , (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g buraczki na ciepło 180 g, Zawiera: **GLU, MLE**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka dieta 160 g, Zawiera: **GLU, MLE, SEL**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, , (Danie gotowane) napój owocowy b/cukru 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem gotowana 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** leczo wegetariańskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, MLE** ryż gotowany 150 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** pomarancza 250 g napój owocowy z jabłek 400 ml	zupa jarzynowa z makaronem 300 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL** leczo wegetariańskie gotowane 300 g, Zawiera: **GLU, MLE** ryż gotowany 150 g pomarancza 250 g jogurt naturalny 150 g, Zawiera: **MLE** napój z owoców 400 ml	rosół z makaronem gotowany 400 ml, Zawiera: **GLU, JAJ, SEL**, (Danie gotowane) pierś z kurczaka podstawowa 160 g, Zawiera: **GLU**, (Danie duszone) ziemniaki gotowane 200 g fasolka szparagowa z bułką i masłem 180 g, Zawiera: **GLU**, (Danie gotowane) napój owocowy z jabłek 400 ml
	P				chleb pszenno-żytni 20 g, Zawiera: **GLU** woda źródlana 200 ml jajko 50 g, Zawiera: **JAJ**			
	Kolacja	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) twaróg 50 g 50 g ogórek świeży 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) twaróg 50 g 50 g pomidor 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenny 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) twaróg 50 g 50 g pomidor 75 g sałata 15 g	herbata b/c 500 ml chleb razowy 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) twaróg 50 g 50 g ogórek świeży 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g tortilla wegetariańska 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno- żytni 100 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 10 g tortilla wegetariańska 150 g, Zawiera: **GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR** twaróg 50 g 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g sałata 15 g	herbata b/c 300 ml chleb pszenno-żytni 120 g, Zawiera: **GLU** margaryna roślinna do pieczywa 15 g schab pieczony 50 g, , (Danie pieczone) twaróg na słono 50 g, Zawiera: **MLE** ogórek świeży 75 g sałata 15 g

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

		podstawowa D01	łatwo strawna D02	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	wegetariańska	wegetariańska oddział młodzieżowy	podstawowa młodzież P01
2026-11-19 czwartek	Pn	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki na posiłek wieczorny dieta niskotłuszczowa/łatwo strawna 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny dieta 120 g, Zawiera: **GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR**	kanapki z chleba razowego dieta wegetariańska 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**		kanapki z chleba razowego na posiłek wieczorny 120 g, Zawiera: **GLU, MLE**
		Energia: 2179.18 kcal; Białko ogółem: 115.33 g; Tłuszcz: 51.81 g; Węglowodany ogółem: 327.24 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g; Sód: 2593.38 mg; Sól: 6.49 g; suma cukrów prostych: 42.44 g; Żelazo: 11.68 mg; Fosfor: 1684.33 mg; P	Energia: 1864.65 kcal; Białko ogółem: 104.71 g; Tłuszcz: 48.16 g; Węglowodany ogółem: 263.78 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 15.90 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sód: 1946.85 mg; Sól: 4.87 g; suma cukrów prostych: 39.64 g; Żelazo: 10.21 mg; Fosfor: 1464.80 mg; P	Energia: 1984.19 kcal; Białko ogółem: 117.04 g; Tłuszcz: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 284.84 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.85 g; Sód: 2368.52 mg; Sól: 5.93 g; suma cukrów prostych: 52.78 g; Żelazo: 11.73 mg; Fosfor: 1581.34 mg; P	Energia: 2071.27 kcal; Białko ogółem: 120.59 g; Tłuszcz: 55.84 g; Węglowodany ogółem: 291.43 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 17.26 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g; Sód: 2855.99 mg; Sól: 7.15 g; suma cukrów prostych: 25.83 g; Żelazo: 15.42 mg; Fosfor: 1949.18 mg; P	Energia: 2457.54 kcal; Białko ogółem: 97.76 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 392.30 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 21.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.15 g; Sód: 1944.76 mg; Sól: 4.87 g; suma cukrów prostych: 73.78 g; Żelazo: 11.09 mg; Fosfor: 1687.25 mg; Po	Energia: 2440.44 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 57.65 g; Węglowodany ogółem: 398.42 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 20.11 g; Błonnik pokarmowy: 31.20 g; Sód: 2325.58 mg; Sól: 5.82 g; suma cukrów prostych: 79.56 g; Żelazo: 11.36 mg; Fosfor: 1695.19 mg; Po	Energia: 2231.16 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 52.16 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; Kw.tł.nasycone ogół.: 16.65 g; Błonnik pokarmowy: 29.96 g; Sód: 2596.74 mg; Sól: 6.50 g; suma cukrów prostych: 53.27 g; Żelazo: 12.00 mg; Fosfor: 1689.28 mg; P

Własność SPZOZ im. dr J. Babińskiego. Wszelkie prawa zastrzeżone

Szpital Kliniczny im. dr. Józefa Babińskiego SPZOZ w Krakowie
dr. Józefa Babińskiego 29, 30-393 , Kraków

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierajace gluten,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
OZ - Orzechy ziemne i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy ,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
DWU - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i pochodne,
MIĘ - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Energia - Wartość energetyczna[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Wapń - Wapń,
Fosfor - Fosfor,
Magnez - Magnez,
Żelazo - Żelazo,
Kw.tł.nasycone ogół. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,
WW - WW,