

Jadłospis na dzień 26.06.2026r

| | | | | |
|---|---|--|---|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 30g, sałata rozszonka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną (7,12), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata rozszonka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,7,9), ryż z jabłkami i bitą śmietaną (7,12), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 70g, sałata rozszonka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,4), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (6,9,10,1psz,7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twarożek 50g (7), sałata rozszonka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,4), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (6,9,10,1psz,7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata rozszonka 15g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną (7,12), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) , herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)</p> |
|---|---|--|---|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 26.06.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2818 | 2535 | 2358 | 2364 | 2231/2535 |
| Białko [g] | 68 | 67 | 93 | 91 | 65/67 |
| Tłuszcz [g] | 100 | 95 | 65 | 63 | 75/95 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 28 | 28 | 3,75 | 3,75 | 19,75/28 |
| Węglowodany ogółem [g] | 442 | 374 | 385 | 391 | 346/374 |
| Cukry [g] | 40 | 39 | 4 | 4 | 22,5/39 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 36 | 26 | 44 | 44 | 26/26 |
| Sód [mg] | 658 | 658 | 474 | 474 | 624/658 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 27.06.2026r

| | | | | |
|--|--|---|--|--|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3) pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniiki 50g (1psz,3,7,6,8)/wafle krówkowe 60g(1psz,3,7)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron (1psz,3,7) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3) pomidor 50g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, herbata b/c Posilek nocny: herbatniiki 50g (1psz,3,7,6,8)/wafle krówkowe 60g(1psz,3,7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g (3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz, 10,7) Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- makaron (1psz,3,7)450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3) pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz,10,7) Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, (1psz),herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- makaron (1psz,3,7) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrz: jajko gotowane 50g (3) pomidor 50g wotr: kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniiki 50g (1psz,3,7,6,8)/wafle krówkowe 60g(1psz,3,7)</p> |
|--|--|---|--|--|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 27.06.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2857 | 2190 | 2067 | 2206 | 2180/2373 |
| Białko [g] | 78 | 65 | 65,5 | 69 | 57,5/69,8 |
| Tłuszcz [g] | 100 | 80 | 73 | 73 | 77/84 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,03 | 11,65 | 6,7 | 6,7 | 6,7/11,65 |
| Węglowodany ogółem [g] | 457 | 327 | 335 | 365 | 344/363 |
| Cukry [g] | 52 | 40 | 3 | 4,2 | 22/41,74 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 40 | 17 | 40 | 41 | 21,9/21,9 |
| Sód [mg] | 729 | 471 | 372 | 380 | 427/484 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 28.06.2026r

| | | | | |
|---|--|---|--|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,7,3,9), filet drobiowy panierowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g, mizeria 150g (7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7),, chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec):jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g,herbata b/c Posilek nocny: jabłko 150g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 100g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g,, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7),, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g,, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7),, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 30g (6,9,1psz,10) ketchup 30g (9) herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie (1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g,, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g</p> |
|---|--|---|--|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 28.06.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2697 | 2082 | 2340 | 2306 | 1909/2082 |
| Białko [g] | 80 | 65 | 74 | 73 | 64/65 |
| Tłuszcz [g] | 95 | 68 | 98 | 83 | 57/68 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,05 | 0,1 | 0,1 | 0,1 | 0,1/0,1 |
| Węglowodany ogółem [g] | 406 | 325 | 323 | 350 | 307/325 |
| Cukry [g] | 12 | 11,7 | 12,2 | 12,4 | 11,7/11,7 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 30 | 22,2 | 33,8 | 334 | 22/22 |
| Sód [mg] | 33,7 | 55,3 | 212 | 212 | 55,3/55,3 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 29.06.2026r

| | | | | |
|--|---|---|---|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł, ogórek zielony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1psz,7,6) Obiad: Zupa szczawiowa z jajkiem 450 ml (9,1psz,3,7), makaron z serem i słoniną 310g (1psz,3,7), surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 200g(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł, sałata rozszonka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1psz,7,6) Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 200g(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: banan 140g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka (low), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g, sałata rozszonka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(low), masło extra 83% 14,5g(7) schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml-kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jogurt naturalny 150g 1,5%tł, sałata rozszonka 15g,, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(low), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł, sałata rozszonka 15g,, herbata z cukrem II śn:(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1psz,7,6) Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z/c 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 200g(1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g</p> |
|--|---|---|---|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 29.06.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2521 | 2272 | 2437 | 2438 | 2263/2272 |
| Białko [g] | 73 | 73 | 83 | 84 | 66/66,9 |
| Tłuszcz [g] | 76 | 81 | 108 | 94,7 | 81/81 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 13,9 | 0,05 | 4,75 | 4,75 | 4,9/4,9 |
| Węglowodany ogółem [g] | 413 | 337 | 311 | 344 | 335/337 |
| Cukry [g] | 25,55 | 22 | 3,2 | 3,7 | 20/22,1 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 36 | 36 | 37 | 39,4 | 26,5/26 |
| Sód [mg] | 675 | 608 | 388 | 389 | 608/608 |

Jadłospis na dzień 30.06.2026r

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), gulasz z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g, mizeria 150g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml , bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka (10,1psz) 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 55g(1psz,10), szynka wędzona 30g, pomidor 50g , herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka (1psz,10) 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml (7) bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 100g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)</p> |
|--|--|--|--|--|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 30.06.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 3211 | 2866 | 2394 | 2821 | 2801/ |
| Białko [g] | 88 | 78 | 83 | 97 | 77/78 |
| Tłuszcz [g] | 117 | 113 | 81 | 103 | 112/113 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 19,15 | 14,25 | 9,65 | 17,8 | 0,06/14,25 |
| Węglowodany ogółem [g] | 488 | 432 | 379 | 428 | 415/432 |
| Cukry [g] | 57 | 58 | 4 | 3,6 | 40/58 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 41 | 34,5 | 40 | 40,9 | 31/34 |
| Sód [mg] | 592 | 324 | 640 | 540 | 320/324 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 01.07.2026r

| | | | | |
|--|--|--|--|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (7, low) 450ml, Chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, makaron z sosem bolońskim (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel 200ml (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (7, low) 450ml, Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, makaron z sosem bolońskim (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec):jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9),herbata b/c Posilek nocny: jabłko 150g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g, pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, sos boloński 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9),herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (7, low) 450ml, Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, sos boloński 150g (1psz,9) ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9), herbata b/c Posilek nocny:Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (7, low) 450ml, Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g (WĄTR): polędwica wieprzowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, makaron z sosem bolońskim (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g</p> |
|--|--|--|--|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 01.07.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2795 | 2460 | 2231 | 2360 | 2291/2460 |
| Białko [g] | 72 | 66,8 | 70,9 | 74,8 | 64/66,8 |
| Tłuszcz [g] | 94 | 85,6 | 77,8 | 80 | 75/85,6 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,05 | 7,05 | 3,75 | 3,75 | 7,05/7,05 |
| Węglowodany ogółem [g] | 460 | 399 | 365 | 389 | 382/399 |
| Cukry [g] | 27 | 27,7 | 2 | 2,3 | 27,3/27,3 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 43 | 36 | 45 | 47 | 35,9/36 |
| Sód [mg] | 274 | 274 | 170 | 170,8 | 274/274 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 02.07.2026r

| | | | | |
|--|---|--|--|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml, Chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Owocowa z makaronem 450ml (1psz, 7), kotlet schabowy 110g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe (1psz,7,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, rzodkiewka 50g herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7),ser salami 30g (7), pomidor 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec):chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Owocowa z makaronem 450ml (1psz, 7), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, kompot 250ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe (1psz,7,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g, pomidor 50g , herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z pomidorami i makaronem 450ml (1psz, 7,3,9), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g,, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, ser salami 30g (7), pomidor 50g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z pomidorami i makaronem 450ml (1psz, 7,3,9), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g,herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (6,9,10) Obiad: Owocowa z makaronem 450ml (1psz, 7), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe (1psz,7,3) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)</p> |
|--|---|--|--|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 02.07.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 3181 | 2644 | 2282 | 2399 | 2313/2644 |
| Białko [g] | 85 | 76 | 84 | 85 | 74/76 |
| Tłuszcz [g] | 134 | 111 | 89 | 90 | 86/111 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 14,95 | 16,6 | 0,07 | 0,07 | 8,2/16,6 |
| Węglowodany ogółem [g] | 435 | 353 | 316 | 342 | 327/353 |
| Cukry [g] | 45,5 | 46,5 | 6,5 | 6,6 | 29/46 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 32,5 | 23 | 33 | 34,7 | 22/23 |
| Sód [mg] | 255 | 317 | 243 | 243 | 283/317 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 03.07.2026r

| | | | | |
|---|---|---|--|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pomidor 30g Obiad: Grochówka (1psz,9) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj ze szczypiorkiem (3, 10), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj z koperkiem (3,7), sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa synkowa 70g (10,6,9), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) pasta z jaj z koperkiem (3,7) sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, kielbasa synkowa 30g (10,6,9), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj z koperkiem (3,7), sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, banan 70g,, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pomidor 30g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj z koperkiem (3,7) sałata roszponka 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)</p> |
|---|---|---|--|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 03.07.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 3463 | 2546 | 2468 | 2535 | 2485/2546 |
| Białko [g] | 89 | 70,6 | 80,5 | 78,8 | 65,5/70,6 |
| Tłuszcz [g] | 102 | 74,3 | 94 | 76,5 | 70/74,3 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 7,9 | 4 | 3,75 | 4 | 4/4 |
| Węglowodany ogółem [g] | 586 | 422 | 354 | 417,5 | 423/422 |
| Cukry [g] | 30 | 36,3 | 8,8 | 36,3 | 36,3/36,3 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 51,5 | 31,9 | 39,6 | 43,6 | 32,5/31,9 |
| Sód [mg] | 225 | 299,5 | 246 | 257 | 299,5/299,5 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 04.07.2026r

| | | | | |
|--|--|--|--|--|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55g, ketchup 30g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), ryż z truskawkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kiełbasy ze szczypiorkiem i majonezem(3,1psz,10,)herbata z cukrem 250ml Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55g, ketchup 30g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), ryż z truskawkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7),pasta z jaj i kiełbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,) herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny, chleb razowy, bułka grahamka, masło extra 83% 14,5g, parówka cienka 110g, ketchup 30g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), schab gotowany w sosie potrawkowym 110g 91psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z pomidorów z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kiełbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,) herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83% (7)14,5g, parówka cienka 55g, ketchup 30g, herbata b/c II śniadanie:jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), schab gotowany w sosie potrawkowym 110g 91psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z pomidorów z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kiełbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,)herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7) kiełbasa szynkowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), poledwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9),ryż z truskawkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrzod:pasta z jaj i kiełbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,)/ wiatr: kiełbasa szynkowa 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)</p> |
|--|--|--|--|--|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 04.07.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2631 | 2340 | 2457 | 2320 | 2196/2061 |
| Białko [g] | 58,4 | 52 | 73 | 69 | 54,9/50,7 |
| Tłuszcz [g] | 103,3 | 104 | 109,6 | 94 | 87/83,4 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 19,75 | 19,75 | 5,85 | 5,85 | 19,9/19,9 |
| Węglowodany ogółem [g] | 384 | 309 | 326 | 330 | 308/287 |
| Cukry [g] | 11,95 | 11,95 | 17 | 17 | 11,95/11,95 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 29 | 19,45 | 34,3 | 34 | 19,4/19,4 |
| Sód [mg] | 265 | 265 | 639 | 639 | 445/445 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 05.07.2026r

| | | | | |
|--|--|---|---|---|
| <p>DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), kotlet mielony wieprzowy 100g (11psz,3), ziemniaki 350g, surówka z warzyw mieszanych z olejem 120g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8,6) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa krakowska 50g (10,6,9), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)</p> | <p>DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 80g(1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8,6) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa mielonka 70g(1psz,10) pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 80g(1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 80g(1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g</p> | <p>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 80g(1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8,6) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)</p> |
|--|--|---|---|---|

Alergeny zostały oznaczone nazwą skróconą, zgodną z wykazem „Alergeny występujące w żywności”. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 05.07.2026r

| PARAMETR/DIETA | DIETA PODSTAWOWA | DIETA LEKKOSTRAWNA | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ | DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW | DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO |
|--------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|---|--|--|
| Wartość energetyczna [kcal] | 2938 | 2460 | 2341 | 2459 | 2242/2460 |
| Białko [g] | 83,7 | 76 | 80 | 83 | 72/76 |
| Tłuszcz [g] | 88 | 71,9 | 72 | 71,9 | 66,4/71 |
| Kwasy tłuszczowe nasycone [g] | 0,6 | 3,85 | 8,2 | 7,8 | 3,86/3,86 |
| Węglowodany ogółem [g] | 484 | 420 | 398 | 424 | 382/420 |
| Cukry [g] | 5,04 | 1,65 | 1,15 | 2,3 | 1,65/1,65 |
| Błonnik pokarmowy [g] | 41,8 | 33 | 43 | 44,8 | 32/33 |
| Sód [mg] | 36,4 | 120 | 1149 | 457 | 120/120 |

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r