

Jadłospis na dzień 18.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g(1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(1psz,7,9,3), gulasz szegedyński 350g(1psz,9), ziemniaki 350g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml-ryż 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, jabłko 150g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g(1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(1psz,7,9,3) potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) szynka wędzona 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g(1pszy,10)	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, polędwica drobiowa 30g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)	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, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g(1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)
--	---	--	--	--

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 18.03.2026r

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]	2584	2418	2318	2279	2530/2418
Białko [g]	78	68	76	72	70,7/68,2
Tłuszcz [g]	93	80	88	80	82/80
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,95	9,55	9,55	5,8	9,55/9,55
Węglowodany ogółem [g]	395	396	354,8	367	418,8/396
Cukry [g]	13,3	14,27	3,7	3,9	3,7/14,3
Błonnik pokarmowy [g]	42,8	30,3	40	39,5	31/30
Sód [mg]	555	607	607	607	607/607

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 19.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g (3), ogórek kiszony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g (7) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9,3), filet drobiowy panioerowany 120g (1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka 150g (1psz,7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 140g (1psz,7, 6,9,11,12) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, sałata rukola 10g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g (7) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9,3), pulpet drobiowoprzowy (1psz, 3), ziemniaki 350g, marchewka 150g (1psz,7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 140g (1psz,7, 6,9,11,12) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, sałata rukola 10g herbata b/c Posilek nocny: banan 140g	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 120g, sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9,3), pulpet drobiowoprzowy pieczony (1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) polędwica wieprzowa 50g, sałata rukola 10g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (1pszy,10,6)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 60g, sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9,3), pulpet drobiowoprzowy pieczony (1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, sałata rukola 10g , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (1pszy,10,6)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): jajko gotowane 60g, sałata lodowa 20g (WĄTR): szynka konserwowa 30g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twaróg 50g (7) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9,3), pulpet drobiowoprzowy pieczony (1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 140g (1psz,7, 6,9,11,12) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, sałata rukola 10g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g
---	---	--	--	--

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 19.03.2026r

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]	2623	2034	2095	2215	1909/2004
Białko [g]	90	74	77	78,9	73/74
Tłuszcz [g]	93	66	67	67	53/62
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,9	5	5,03	6,03	5,2/6,03
Węglowodany ogółem [g]	390	314	334	361	313/316
Cukry [g]	20,1	20,3	1,4	1,5	18,3/20,3
Błonnik pokarmowy [g]	38,47	28,3	39,2	40,1	28,3/28,3
Sód [mg]	19,15	41,15	40,8	241	221,1/241

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 20.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml, (7,1psz,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada wieloowocowa 30g Obiad: Barszcz czerwony 450ml (1psz, 9,7), makaron z serem i słoniną (7,1psz), surówka z kapusty pekińskiej z olejem, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,3,8,5) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz 160g (4,9), herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml, (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g, 1,5%tł (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada wieloowocowa 30g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9,3), makaron z serem i masłem (1psz,7), surówka z kapusty pekińskiej z olejem, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,3,8,5) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz 160g (4,9)herbata b/c Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa mielonka 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9), pulpet rybny pieczony 80g (1psz, 4,3), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) paprykarz 160g (4,9) herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml, (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jogurt naturalny 150g, 1,5%tł (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9), pulpet rybny pieczony 80g (1psz, 4,3), ziemniaki 350g,, surówka z kapusty pekińskiej z olejem, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz 160g (4,9) , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml, (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g, 1,5%tł (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada wieloowocowa 30g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9,3), makaron z serem i masłem (1psz,7), surówka z kapusty pekińskiej z olejem, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,3,8,5) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz 160g (4,9), herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)
--	---	--	---	---

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 20.03.2026r

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]	2933	2588	2360	2517	2307/2588
Białko [g]	92	86,3	91	90,7	82,6/86
Tłuszcz [g]	90,9	82	64,7	67,7	71/86
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05/0,05
Węglowodany ogółem [g]	463	393	387	421	354/393
Cukry [g]	45,7	48,7	8,1	8,3	30,7/48,7
Błonnik pokarmowy [g]	36,2	25,9	44,5	45,4	27,9/25,9
Sód [mg]	161	207	969	279	202/207

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 21.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml (1ow,7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), sałata roszponka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Jarzynowa 450ml (9,7,1psz), sos mięsny 150g (9,1psz), kasza jeczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel 200ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa krakowska 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: gruszka 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml (1ow,7) chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), sałata roszponka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec):jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Jarzynowa 450ml (9,7,1psz) sos mięsny 150g (9,1psz), kasza jeczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel 200ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (6,9,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: gruszka 150g	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 konserwowa 70g (9,6), sałata roszponka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Jarzynowa 450ml (9,7,1psz) sos mięsny 150g (9,1psz), kasza jeczmienna 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) kielbasa szynkowa 50g (6,9,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9,10,1psz)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml-płatki owsiane 450ml (1ow,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twaróg 50g (7), sałata roszponka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Jarzynowa 450ml (9,7,1psz) sos mięsny 150g (9,1psz), kasza jeczmienna 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), kielbasa szynkowa 50g (6,9,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9,10,1psz)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml (1ow,7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 50g (7), sałata roszponka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Jarzynowa 450ml (9,7,1psz) sos mięsny 150g (9,1psz), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel 200ml Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (6,9,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: gruszka 150g
---	--	---	---	--

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 21.03.2026r

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]	2449	2127	2360	2517	1943/2012
Białko [g]	71,1	63,8	91,2	90,7	64/64
Tłuszcz [g]	75,9	71,4	64,9	67,7	58,7/58,7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05/0,05
Węglowodany ogółem [g]	420	349	387,7	421	327/344
Cukry [g]	6,14	6,14	8,1	8,2	4,9/4,9
Błonnik pokarmowy [g]	42	32,3	44,5	45,4	29/29,8
Sód [mg]	27,25	27,25	969	279,5	24,85/24,85

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 22.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (1psz,3,7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g,(3), ogórek kiszony 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: Krupnik z ryżem 450ml (9,7), kotlet schabowy 110g (1psz,3), ziemniaki, buraczki 150g (1psz), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (3,7,1psz, 8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), warzywa pieczone 100g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (1psz,3,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml (9,7), schab gotowany w sosie własnym 110g (1psz, 7,9), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (3,7,1psz, 8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), warzywa pieczone 100g (9), herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)	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 120g (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik z ryżem 450ml (9,7), schab gotowany w sosie własnym 110g (1psz, 7,9), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) szynka konserwowa 50g (6,9), warzywa pieczone 100g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g (6,9,10,1psz)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (1psz,3,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 60g, sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik z ryżem 450ml (9,7), schab gotowany w sosie własnym 110g (1psz, 7,9), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), warzywa pieczone 100g (9), herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (1psz,3,7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): jajko gotowane 60g (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem (WĄTR): szynka wędzona 30g, sałata lodowa 20g II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml (9,7), schab gotowany w sosie własnym 110g (1psz, 7,9), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (3,7,1psz, 8) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), warzywa pieczone 100g (9) herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)
--	--	---	--	---

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 22.03.2026r

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]	3101	2588	2349	2334	2297/2511
Białko [g]	84,9	76	75	78,4	76/76
Tłuszcz [g]	138,4	117	91,1	78,4	74,7/76
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,01	13,8	5,4	0,03	0,03/13,8
Węglowodany ogółem [g]	411	330	345	365	359/330
Cukry [g]	18,8	19,7	1,1	2,3	2,3/19,7
Błonnik pokarmowy [g]	36,8	288,5	42,2	41,3	33,4/288,5
Sód [mg]	42,2	104	61,8	69,8	245/104

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 23.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (1psz,7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7) Obiad: Rosół z makaronem 450ml (1psz,3,9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): deser mleczny z owocami 150g (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (1psz,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7) Obiad: Rosół z makaronem 450ml (1psz,3,9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): deser mleczny z owocami 150g (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny:jabłko 150g	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 drobiowa 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Rosół z makaronem 450ml (1psz,3,9), potrawka z kurczaka 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) szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (1psz,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Rosół z makaronem 450ml (1psz,3,9), potrawka z kurczaka 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), szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata masłowa 20g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml, (1psz,7) bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7) Obiad: Rosół z makaronem 450ml (1psz,3,9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): deser mleczny z owocami 150g (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata masłowa 20g herbata z cukrem Posilek nocny:jabłko 150g
--	---	---	---	---

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:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 23.03.2026r

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]	2551	2311	2306	2394	2092/2311
Białko [g]	90	84	88	90	80/84
Tłuszcz [g]	83,9	84,7	88	85	79/84
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	6,25	6,25	6,25	6,25	6,25/6,25
Węglowodany ogółem [g]	384	319	315	344	281/319
Cukry [g]	0,5	0,5	0,4	0,5	0,5/0,5
Błonnik pokarmowy [g]	34	24,3	35	36	23,7/24
Sód [mg]	404	404	404	404	404/404

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 24.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), 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 450ml (1psz,7,9,3), bitka wieprzowa w sosie 100g+150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 200g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, burak zakwaszony 100g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), 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 450ml (1psz,7,9,3), pulpet wieprz w sosie 80g+150g (1psz,3,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, burak zakwaszony 100g herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 150g (7)	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 konserwowa 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,7,9,3), pulpet wieprz w sosie 80g+150g (1psz,3,9), 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, burak zakwaszony 100g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g (6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, szynka konserwowa 30g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,7,9,3), pulpet wieprz w sosie 80g+150g (1psz,3,9), 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, burak zakwaszony 100g herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 150g, (7)	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), miód 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,7,9,3), pulpet wieprz w sosie 80g+150g (1psz,3,9), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7,3) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, burak zakwaszony 100g herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 150g (7)
---	--	--	---	--

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:18.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 24.03.2026r

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]	3363	2285	2225	2169	2084/2154
Białko [g]	96	76	76	86	79/79
Tłuszcz [g]	146	80	76	69	79/79
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,4	10,8	7,3	10,8	8,9/8,9
Węglowodany ogółem [g]	475	354	359	349	340/357
Cukry [g]	44	41	2,4	7	22/40,7
Błonnik pokarmowy [g]	40	27	39	37	27/27
Sód [mg]	583	785	921	781	778/783

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r

Jadłospis na dzień 25.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 60g (10,9,7), musztarda 30g (10) herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml (1jęcz,1psz,9), pulpet z mięsa wieprzowego i ryżu w sosie pomidorowym 100g+150g (3,1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z warzyw mieszanych z majonezem (9,3,10) 120g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,12,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy ze szczypiorkiem (3,10,6) 80g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 60g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml (1jęcz,1psz,9), pulpet z mięsa wieprzowego i ryżu w sosie pomidorowym 100g+150g (3,1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,12,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy z koperkiem (3,7,6) 80g herbata b/c Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)	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 120g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml (1jęcz,1psz,9), pulpet z mięsa wieprzowego i ryżu w sosie pomidorowym 100g+150g (3,1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) pasta z jaj i kielbasy z koperkiem (3,7,6) 80g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 60g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml (1jęcz,1psz,9), pulpet z mięsa wieprzowego i ryżu w sosie pomidorowym 100g+150g (3,1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy z koperkiem (3,7,6) 80g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): parówka cienka 60g (10,9,7), ketchup 30g (9), (WĄTR): polędwica wieprzowa 30g (1psz,9,10,6), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD):jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml (1jęcz,1psz,9), pulpet z mięsa wieprzowego i ryżu w sosie pomidorowym 100g+150g (3,1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,12,3) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (6,9,10), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)
--	--	---	---	---

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

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 25.03.2026r

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]	3966	3691	2521	3154	2895/3691
Białko [g]	135	128	78	127	115/128
Tłuszcz [g]	167	158	105	135	111/158
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,03	0,03	0,03	0,03	0,03/0,03
Węglowodany ogółem [g]	536	485	366	408	397/485
Cukry [g]	5,3	7,5	7,3	7,5	1,5/7,5
Błonnik pokarmowy [g]	45	36	39	40	29/36
Sód [mg]	51	23	193	203	22/23,7

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 18.03.2026r

Jadłospis na dzień 26.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml-ryż 450ml(7), chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g(7), sałata rukola 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 7,5g(7), marmolada wieloowocowa 30g(1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9,3,1psz), gulasz z szynki wieprzowej 250g (1psz,9) ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): kisiel 300ml (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), pasztet wp 100g(1psz,10) ogórek kiszony 50g herbata z cukrem 250ml Posilek nocny: banan 140g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml-ryż 450ml(7) chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g(7), sałata rukola 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec):chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 7,5g(7), marmolada wieloowocowa 30g(1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9,3,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): kisiel 300ml (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,10), sałata masłowa 20g herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny, chleb razowy, bułka grahamka, masło extra 83% 14,5g, kielbasa szynkowa 70g(1psz,10), sałata rukola 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9,3,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,10), sałata masłowa 20g herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), kielbasa mielonka 30g(1psz,10)	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, twarożek 50g(7), sałata rukola 20g, herbata b/c II śniadanie:jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9,3,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,10), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), kielbasa mielonka 30g(1psz,10)	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), twarożek 50g(7), sałata rukola 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD):bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 7,5g(7), marmolada wieloowocowa 30g(1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9,3,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (WRZOD): kisiel 300ml (1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,10), sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g
---	---	---	--	--

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 26.03.2026r

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]	2750	2235	2468	2426	2160/2353
Białko [g]	78	64	89	77,8	64,8/67
Tłuszcz [g]	99	77	87	88	77,5/78,8
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,9	8,5	0,05	8,55	8,55/27
Węglowodany ogółem [g]	417	361	374	381	344/384
Cukry [g]	37,6	38,7	18	3,9	20,7/38,7
Błonnik pokarmowy [g]	35,9	28	47	39,7	30,8/29
Sód [mg]	160	212	176	207	207/212

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 18.03.2026r

Jadłospis na dzień 27.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml(7,1psz), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g(1psz), jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jajko gotowane 60g (3) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(7,1psz,9), pulpet rybny pieczony 80g(3,1psz,7), ziemniaki 350g, sos grecki (9,10), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 250g (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), warzywa pieczone 120g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 150g(7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml(7,1psz), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g(1psz), jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jajko gotowane 60g (3) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(7,1psz,9), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,7), ziemniaki 350g, sos grecki (9,10), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 250g (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), warzywa pieczone 120g(9), herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 150g(7)	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 szynkowa 70g(1psz,10), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml7,1psz,9 ((7,1psz,9), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,7), ziemniaki 350g, sos grecki (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) ser salami 50g, warzywa pieczone 120g(9) herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g(1pszy,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml-płatki owsiane 450ml(7,1psz), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, kielbasa szynkowa 30g(1psz,10), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(7,1psz,9), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,7), ziemniaki 350g, sos grecki (9,10), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g,warzywa pieczone 120g(9) herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 150g(7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml(7,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g(1psz), jabłko 150g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jajko gotowane 60g (3) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(7,1psz,9), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,7), ziemniaki 350g, sos grecki (9,10), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 250g (1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 100g (7), warzywa pieczone 120g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 150g(7)
---	--	---	--	---

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 27.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2655	2396	2402	2468	2300/2396
Białko [g]	83	78	84	89	76/78
Tłuszcz [g]	86	86	78	87	76/78
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05/0,05
Węglowodany ogółem [g]	429	359	383	374	378/359
Cukry [g]	21	21	18,9	18,7	18,9/21
Błonnik pokarmowy [g]	46	37	48	47	40/37
Sód [mg]	453	453	633	176	177/453

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:18.03.2026r