

Jadłospis na dzień 26.02.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml-kasza jaglana 450ml(7), chleb pszenny 35g (1psz), chleb żytni 25g (1ży), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 60g(3,6,9,10,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g(7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(9,10,7), kurczak pieczony porcja 170g(7), ziemniaki 350g, marchewka z groszkiem 200g (1psz,7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafelki krówkowe 60g (1psz,7,3,11,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (12), ogórek kiszony 50g (7), herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g(12)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml(7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 60g (3,6,9,10,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(9,7,10), kurczak pieczony porcja 170g, (7), ziemniaki 350g, marchewka z groszkiem 200g(7,1psz), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafelki krówkowe 60g(1psz,3,7,11,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (12), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: jabłko 150g(12)	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 (12), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(9,7,10) kurczak pieczony porcja 170g (7), ziemniaki 350g, marchewka z groszkiem 200g(7,1psz), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) schab cygański 50g, masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g(1pszy,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, parówka cienka 60g (3,6,9,10,1psz), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g (12) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(9,7,10) kurczak pieczony porcja 170g (7), ziemniaki 350g, marchewka z groszkiem 200g(7,1psz), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g(1pszy,10)	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), szynka drobiowa 30g (12), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g(7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(9,7,10), kurczak pieczony porcja 170g (7), ziemniaki 350g, marchewka duszona 200g (7,1psz), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafelki krówkowe 60g (1psz,7,3,11,8) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (12), sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g (12)
--	---	---	--	--

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: 26.02.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 26.02.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2520	2583	2583	2527
Białko [g]	72	81	81	81
Tłuszcz [g]	86	82	82	76
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,2	0,8	0,8	0,8
Węglowodany ogółem [g]	370	376	403	403
Cukry [g]	22	18	18	18
Błonnik pokarmowy [g]	26	29	29	29
Sód [mg]	32	92	92	92

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.02.2026r

Jadłospis na dzień 27.02.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g(3), rzodkiewka 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g() 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): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), sałata roszponka 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (1psz,3,6,9) 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): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), 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), jajko gotowane 100g (3), sałata roszponka 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(7,1psz,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) twarożek 100g, sałata masłowa 20g, 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-zacierka 450ml(), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), sałata roszponka 20g, 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, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g(1pszy,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): jajko gotowane 50g (3), sałata roszponka 20g, (WĄTR): kiełbasa szynkowa 30g (12,10), sałata roszponka 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g(7) 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): budyń śmietankowy 300ml (7,1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 100g (7), sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,3,7)
---	--	---	--	---

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: 27.02.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 27.02.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2520	2583	2449	2449
Białko [g]	75	81	79	81
Tłuszcz [g]	85	82	98	79
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,8	0,8	0,8	3
Węglowodany ogółem [g]	390	403	467	388
Cukry [g]	18	18	1,7	18
Błonnik pokarmowy [g]	32	29	38	40
Sód [mg]	92	143	143	176

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.02.2026r

Jadłospis na dzień 28.02.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(1psz,7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 30g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g(1psz) Obiad: Brokułowa 450ml (7,1psz,9), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 300g+100g(7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), burak zakwaszony 100g, kielbasa mielonka 50g(1psz,10), herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(), 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): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g Obiad: Brokułowa 450ml (7,1psz,9), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 300g+100g(7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa mielonka 50g(1psz,10), burak zakwaszony 100g, 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), kielbasa szynkowa 70g, sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Brokułowa 450ml(7,1psz,9) szynka gotowana w sosie własnym 140g+150g(9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 250g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) kielbasa mielonka 50g(1psz,10), burak zakwaszony 100g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g()	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(), 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: Brokułowa 450ml (7,1psz,9), szynka gotowana w sosie własnym 140g+150g(9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 250g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa mielonka 50g(1psz,10), burak zakwaszony 100g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g()	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(1psz,7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g(7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g() Obiad: Brokułowa 450ml (7,1psz,9), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 300g+100g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (1psz,10), burak zakwaszony 100g, 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 Weronika Sochał, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 28.02.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 28.02.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2449	2449	2527	2449
Białko [g]	81	81	81	81
Tłuszcz [g]	79	79	76	79
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3	3	0,8	3
Węglowodany ogółem [g]	388	388	403	388
Cukry [g]	18	18	18	18
Błonnik pokarmowy [g]	40	40	29	40
Sód [mg]	176	176	92	176

Sporządziła: mgr Weronika Sochał, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 28.02.2026r

Jadłospis na dzień 01.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(1jęcz,7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g(7,10,6,3) Obiad: Ziemniaczana z zacierką i zieleniną 450ml(1psz,3,9,7), kotlet schabowy 140g (3,1psz,7),ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (3,1psz,7,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (6,3,7,1psz,10,9), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5tł 150g(7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(1jęcz,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (7,10,6,3) Obiad: Ziemniaczana z zacierką i zieleniną 450ml(1psz,3,9,7), schab gotowany 110g w sosie własnym (), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (3,1psz,7,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(6,3,7,1psz,10,9), sałata lodowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5tł 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 (6,9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką i zieleniną 450ml(1psz,3,9,7) schab gotowany w sosie własnym 110+150g(), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) polędwica drobiowa 50g(6,3,7,1psz,10,9), sałata lodowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5tł 150g(7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml-kasza jęczmienna 450ml(1jęcz,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, szynka konserwowa 30g(6,9), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką i zieleniną 450ml(1psz,3,9,7), schab gotowany w sosie własnym 110+150g(1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(6,3,7,1psz,10,9), sałata lodowa 20g, 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- kasza jęczmienna 450ml(7,1jęcz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g(10,6) Obiad: Ziemniaczana z zacierką i zieleniną 450ml(1psz,3,9,7), schab gotowany 110g w sosie własnym (9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (3,1psz,7,11) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(6,3,7,1psz,10,9), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5tł 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, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:01.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 01.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2941	2360	2360	2292
Białko [g]	79	69	69	72
Tłuszcz [g]	98	71	71	66
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,1	1,6	1,6	1,6
Węglowodany ogółem [g]	467	386	386	376
Cukry [g]	1,7	2	2	3
Błonnik pokarmowy [g]	38	29	29	29
Sód [mg]	19	77	77	77

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:01.03.2026r

Jadłospis na dzień 02.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml(1psz, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g(), pomidor 60g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Bulion z ryżem 450ml(9), fasolka po bretońsku 250g(1psz), chleb pszenny 120g(1psz), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 150g () Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprz. 50g, ogórek kiszony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5tł 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml(1sz,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g(3), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Bulion z ryżem 450ml(9), potrawka z kurczaka 250g (1psz,7,3), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 190g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wp 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5tł 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), jajko gotowane 120g (3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad:Bulion z ryżem 450ml(9), potrawka z kurczaka 250g (1psz,7,3), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 190g,, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) polędwica wp 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5tł 150g (7)	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, jajko gotowane 60g(3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Bulion z ryżem 450ml(9), potrawka z kurczaka 250g (1psz,7,3), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 190g,, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wp 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny:serek ziarnisty 1,5tł 150g (7)	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),szynka drobiowa 30g (9,6,10,71psz,3), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g(7) Obiad: Bulion z ryżem 450ml(9), potrawka z kurczaka 250g(1psz,7,3), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 190g, kompot 250ml Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wp 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5tł 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: 02.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 02.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2292	2292	2403	2292
Białko [g]	72	72	77	72
Tłuszcz [g]	66	66	97	66
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	1,6	1,6	0,05	1,6
Węglowodany ogółem [g]	376	376	358	376
Cukry [g]	2,8	2,8	4	2,8
Błonnik pokarmowy [g]	29	29	35	29
Sód [mg]	77	77	24	77

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 02.03.2026r

Jadłospis na dzień 03.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml-pł owsiane 450ml(1ow, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g(7) Obiad: Brokułowa 450ml(1psz,7,9,), filet drobiowy w sosie chrzanowym 130g +150g (1psz,7,9), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 250g (3,10), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g(6,7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml-pł owsiane 450ml(1ow,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7) Obiad: Brokułowa 450ml(1psz,7,9,), pulpet drob.- wieprz. pieczony 80g (1psz,7,9,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g(6,7), sałata lodowa 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), kielbasa mielonka 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Brokułowa 450ml(1psz,7,9,), pulpet drob.- wieprz. pieczony 80g (1psz,7,9,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 250g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka konserwowa 50g(6,7), sałata lodowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g(1pszy,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane 450ml(1psz,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Brokułowa 450ml(1psz,7,9,), pulpet drob.- wieprz. pieczony 80g (1psz,7,9,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 250g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,7), sałata lodowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g(1pszy,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml-pł owsiane 450ml(7,1ow), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g(10,6) Obiad: Brokułowa 450ml(1psz,7,9,), pulpet drob.- wieprz. pieczony 80g (1psz,7,9,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 250g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml(1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g(6,7), sałata lodowa 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:03.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 03.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2540	2035	2144	2035
Białko [g]	89	72	74	72
Tłuszcz [g]	86	56	62	56
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,9	0,06	0,06	0,06
Węglowodany ogółem [g]	391	337	364	337
Cukry [g]	14	3	3	3
Błonnik pokarmowy [g]	43	32	42	32
Sód [mg]	273	50	50	50

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:03.03.2026r

Jadłospis na dzień 04.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml(1psz, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 50g(7), rzodkiewka 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g(7) Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml(1jęcz,7,9,10), gulasz szegedyński g(1psz,9,10), ziemniaki 350g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 150g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasztetowa 70g (6,9,10), warzywa zakwaszane 100g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml(1psz,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 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 Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml(1jęcz,7,9,10), bitka wieprz duszona w sosie własnym (1psz,9), ziemniaki 350g , surówka z selera i jabłka 200g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 150g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprz 50g, warzywa zakwaszane 100g (9), 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), szynka drobiowa 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml(1jęcz,7,9,10) bitka wieprz duszona w sosie własnym (1psz,9), ziemniaki 350g , surówka z selera i jabłka 200g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) polędwica wieprz 50g, warzywa zakwaszane 100g (9), herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml(1psz,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twaróg 50g(7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml(1jęcz,7,9,10), bitka wieprz duszona w sosie własnym (1psz,9), ziemniaki 350g , surówka z selera i jabłka 200g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprz 50g, warzywa zakwaszane 100g (9), 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- kasza jaglana 450ml(7,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 50g(7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml(1jęcz,7,9,10), bitka wieprz duszona w sosie własnym (1psz,9), ziemniaki 350g , surówka z selera i jabłka 200g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 150g Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprz 50g, warzywa zakwaszane 100g (9), 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 zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:04.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 04.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2144	2201	2308	2201
Białko [g]	74	83	91	83
Tłuszcz [g]	62	81	80	81
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,06	5	5	2,7
Węglowodany ogółem [g]	364	335	362	335
Cukry [g]	3,7	3	3	3
Błonnik pokarmowy [g]	42	31	39	31
Sód [mg]	50	122	122	122

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:04.03.2026r

Jadłospis na dzień 05.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(1psz, 7,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): deser mleczny z kaszą manną i owocami (7, 1psz) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml(1psz,7,9), pieczeń rzymska 120g (1psz,3,9), sos chrzanowy 150g (1psz,7,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 200g,herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g ((9,6,10,7,1psz,3), sałata roszponka 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: pomarańcza 210g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(1psz,7,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g (3), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): deser mleczny z kaszą manną i owocami (7, 1psz) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml(1psz,7,9), pieczeń rzymska 120g (1psz,3,9), sos koperkowy 150g (1psz,7,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 200g,herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (9,6,10,7,1psz,3), sałata roszponka 20g, 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 (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml(1psz,7,9), pieczeń rzymska 120g (1psz,3,9), sos koperkowy 150g (1psz,7,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 200g,herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) szynka wędzona 50g, sałata roszponka 20g, 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- zacierka 450ml(1psz,7,3), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 60g (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml(1psz,7,9), pieczeń rzymska 120g (1psz,3,9), sos koperkowy 150g (1psz,7,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 200g,, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (9,6,10,7,1psz,3) , sałata roszponka 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g(1pszy,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), jajko gotowane 60g (3), sałata lodowa 20g, (WĄTR): szynka wędzona 30g (6), sałata lodowa 20g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): deser mleczny z kaszą manną i owocami (7,1psz) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml(1psz,7,9), pieczeń rzymska 120g (1psz,3,9), sos koperkowy 150g (1psz,7,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 200g,herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy z cukrem 300ml(1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g(9,6,10,7,1psz,3), sałata roszponka 20g, 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:05.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 05.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2662	2372	2018	2367
Białko [g]	81	73	64	72
Tłuszcz [g]	87	86	79	86
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	1,3	0,2	0,2	0,2
Węglowodany ogółem [g]	442	370	308	370
Cukry [g]	25	22	4	22
Błonnik pokarmowy [g]	38	26	28	26
Sód [mg]	37	32	32	100

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:05.03.2026r

Jadłospis na dzień 06.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(1pjęcz, 7,), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 35g (1psz), masło extra 83% 7,5g (7), ser salami 30g (7) Obiad: Grochówka 450ml (1psz,7,9), leniwe pierogi z masłem (1psz,3,7), surówka z marchwi i jabłka 150g ,herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,3,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z ryby wędzonej ze szczypiorkiem (7,3,1psz,4), herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(1jęcz,7,), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 35g (1psz), masło extra 83% 7,5g (7), ser salami 30g (7) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9), leniwe pierogi z masłem (1psz,7,3), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9,10) 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), kiełbasa szynkowa 70g (6), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9), pulpet rybny 80g (3,9,1psz,4), ziemniaki 350g, 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) paprykarz(4,9,10) , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (9,6,7,1psz,3)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(1psz,7,), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,g, jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9), pulpet rybny 80g (3,9,1psz,4), ziemniaki 350g, 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), paprykarz (4,9,10) , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (9,6,7,1psz,3)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(7,1jęcz,), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): bułka wrocławska (1psz), masło extra 83% 7,5g (7), szynka drobiowa (7,1psz,6,9,3,10) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(1psz,7,9), leniwe pierogi z masłem (1psz,7,3), surówka z marchwi i jabłka 150g,herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,3,11) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9,10) , 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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:06.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 06.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2948	2365	2422	2430
Białko [g]	108	97	88	96
Tłuszcz [g]	102	68	57	66
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,4	3	0,2	4
Węglowodany ogółem [g]	435	368	430	391
Cukry [g]	19	26	8	26
Błonnik pokarmowy [g]	41	33	50	34
Sód [mg]	191	265	270	92

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:06.03.2026r

Jadłospis na dzień 07.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml(7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g (1psz,12), banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z białej kapusty z olejem 120g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafelki krówkowe (1psz,7,11,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa mielonka 50g (6,10), burak zakwaszany 100g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 15%tł 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml-ryż 450ml(7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g(1psz,12), banan 70g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,7,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafelki krówkowe (1psz,7,11,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7),kiełbasa mielonka 50g (6,10), burak zakwaszany 100g, herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 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 (6,1psz,9,3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz, 3,7) ,sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z selera i jabłka 210g(9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) kiełbasa mielonka 50g (6,10), burak zakwaszany 100g, , herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5%tł 150g (7)	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(6,1psz,9,3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,9,3,7), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa mielonka 50g (6,10), burak zakwaszany 100g, , herbata b/c Posilek nocny: serek ziarnisty 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, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml(1psz,3,9,7), sos mięsny 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafelki krówkowe (1psz,7,11,3) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g (6), burak zakwaszany 100g, , herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5%tł 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:07.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 07.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2201	1856	2144	2190
Białko [g]	83	82	107	76
Tłuszcz [g]	81	54	47	55
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5	0,04	2	4
Węglowodany ogółem [g]	335	358	348	382
Cukry [g]	3	36	7	22
Błonnik pokarmowy [g]	31	29	38	29
Sód [mg]	122	7	581	579

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:07.03.2026r