

## Jadłospis na dzień 27.05.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml, ( 1psz,3, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (6,9,10,1psz), keczup 30g herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): serek homogenizowany 150g (7)  <b>Obiad:</b> Krupnik jęczmienny 450ml (1psz,9,1jęcz),pulpet z mięsa i ryżu 80g (1psz,3), sos pomidorowy 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): jogurt owocowy 150g (7)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> herbatniki 50g (1psz,6,9,3,7,8)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml, ( 1psz,3, 7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (6,9,10,1psz), keczup 30g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): serek homogenizowany 150g (7)  <b>Obiad:</b> Krupnik jęczmienny 450ml (1psz,9,1jęcz), pulpet z mięsa i ryżu 80g (1psz,3), sos pomidorowy 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): jogurt owocowy 150g (7)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> herbatniki 50g (1psz,6,9,3,7,8)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 100g (6,9,10,1psz), keczup 30g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Krupnik jęczmienny 450ml (1psz,9,1jęcz) pulpet z mięsa i ryżu 80g (1psz,3), sos pomidorowy 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g (6,10,9)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml, ( 1psz,3, 7), chleb pszenny(1psz), chlebmakaron 450ml, ( 1psz,3, 7) razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 50g (6,9,10,1psz), keczup 30g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Krupnik jęczmienny 450ml (1psz,9,1jęcz), pulpet z mięsa i ryżu 80g (1psz,3), sos pomidorowy 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g (6,10,9)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOW A)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml, ( 1psz,3, 7, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): parówka cienka 50g (6,9,10,1psz), pomidor 50g, (WĄTR): szynka konserwowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): serek homogenizowany 150g (7)  <b>Obiad:</b> Krupnik jęczmienny 450ml (1psz,9,1jęcz), pulpet z mięsa i ryżu 80g (1psz,3), sos pomidorowy 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): jogurt owocowy 150g (7)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> herbatniki 50g (1psz,6,9,3,7,8)</p>
---	---	---	--	--

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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 27.05.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	3337	3078	3161	3030	2943/3078
<b>Białko [g]</b>	134	129	125	125	124/129
<b>Tłuszcz [g]</b>	132	133	160	133	129/132
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	5,2	5,2	3,75	4	5,2/5,2
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	446	377	354	380	356/377
<b>Cukry [g]</b>	21,6	21,6	2,7	2,8	21,6/21,6
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	32	23	36	37	23/23
<b>Sód [mg]</b>	188	188	178	188	188/188

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.05.2026r

## Jadłospis na dzień 28.05.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- ryż (7) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g, (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): banan 140g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,3,7,9) filet drobiowy panierowany 120g (1psz,3), ryż z warzywami 250g (7,9), mizeria 140g (7), herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): herbatniki 50g (1psz,6,9,3,7,8)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, ogórek kiszony 50g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- ryż (7) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g, (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): banan 140g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,3,7,9)pulpet drobiowo – wieprzowy pieczony 80g (3), ryż z warzywami 250g (7,9), sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): herbatniki 50g (1psz,6,9,3,7,8)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, sałata roszponka 15g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g, (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,3,7,9) pulpet drobiowo – wieprzowy pieczony 80g (3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) schab cygański 50g, sałata roszponka 15g herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (1psz,6,9,10)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- ryż (7) 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g,, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,3,7,9) pulpet drobiowo – wieprzowy pieczony 80g (3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, sałata roszponka 15g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (1psz,6,9,10)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- ryż (7) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD) jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g,, (WĄTR): połędwica drobiowa 30g, (6,7,1psz), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): banan 140g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z pomidorami 450ml (1psz,9,7,3),pulpet drobiowo – wieprzowy pieczony 80g (3), ryż z warzywami 250g (7,9), sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek (dziec):</b> herbatniki 50g (1psz,6,9,3,7,8)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, sałata roszponka 15g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> 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: 27.05.2026r

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 28.05.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	3298	2774	2105	2459	2684/2774
<b>Białko [g]</b>	99	92	74	92	91/92
<b>Tłuszcz [g]</b>	114	104	77	86	95/104
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	5,96	6,8	6,5	6,5	6,8/6,8
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	496	385	311	361	384/385
<b>Cukry [g]</b>	12,4	10,2	6,04	6,04	10,2/10,2
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	31	18	31	32	18/18
<b>Sód [mg]</b>	439	453	404	404	453/453

## Jadłospis na dzień 29.05.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, jabłko 150g herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7)  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,7,9), sos pieczarkowy 250g (1psz,7), kasza gryczana 260g, surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): kisiel 250ml (1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 240g (1psz,9,4), herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> wafle krówkowe 60g (3,7,1psz)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, jabłko 150g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7)  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,7,9), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): kisiel 250ml (1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 240g (1psz,9,4), herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> wafle krówkowe 60g (3,7,1psz)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa mielonka 70g, jabłko 150g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,7,9), pulpet rybny pieczony 80g (1psz,3,7), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) ryba parowana w sosie greckim 240g (1psz,9,4), herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), schab cygański 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, kiełbasa mielonka 30g, jabłko 150g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,7,9), pulpet rybny pieczony 80g (1psz,3,7), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 240g (1psz,9,4), , herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), schab cygański 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml, (7,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, jabłko 150g herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7)  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,7,9), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): kisiel 250ml (1psz)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 240g (1psz,9,4), herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> wafle krówkowe 60g (3,7,1psz)</p>
--	--	---	--	--

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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 29.05.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGROANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGROANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGROANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	2953	2614	2785	2806	2693/2689
<b>Białko [g]</b>	76	75	103	96	77/77
<b>Tłuszcz [g]</b>	95	83	104	97	85/85
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	7,01	9,8	7,2	7,2	9,8/9,8
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	493	419	404	431	432/431
<b>Cukry [g]</b>	49	51	30	30	33/51
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	49	34	51	52	33/33
<b>Sód [mg]</b>	394	429	698	698	425/429

## Jadłospis na dzień 30.05.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jaglana 450ml (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g  <b>Obiad: Grochówka</b> 450 ml (9,1psz,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 390g (7), herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): galaretki owocowa 140g (1psz,6,9,7,10,11,12)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa krakowska 50g, papryka czerwona 50g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> banan 140g</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jaglana 450ml (7) chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g  <b>Obiad:</b> Jarzynowa 450 ml (9,1psz,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 390g (7), herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): galaretki owocowa 140g (1psz,6,9,7,10,11,12)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g, sałata rukola 15g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> banan 140g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka (1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g, pomidor 20g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Jarzynowa 450 ml (9,1psz,7), schab gotowany 110g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z pomidorów 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) kiełbasa szynkowa 50g, sałata rukola 15g,herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jaglana 450ml (7) chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, ser salami 30g (7), pomidor 50g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Jarzynowa 450 ml (9,1psz,7), schab gotowany 110g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z pomidorów 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g, sałata rukola 15g,herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g  <b>Obiad:</b> Jarzynowa 450 ml (9,1psz,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 390g (7), herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): galaretki owocowa 140g (1psz,6,9,7,10,11,12)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g, sałata rukola 15g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> 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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 30.05.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	2509	2069	2398	2258	2164/2164
<b>Białko [g]</b>	65	53	83	82	50/50
<b>Tłuszcz [g]</b>	90	79	94	77	77/783
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	23	19,7	9	9	19,75/19,7
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	389	305	338	341	336/336
<b>Cukry [g]</b>	23	24	5,9	5,4	22/22
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	35	23	38	38	23/23
<b>Sód [mg]</b>	255	558	774	774	358/358

## Jadłospis na dzień 31.05.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł 150g (7), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,9), klopsik wieprzowy w sosie 240g (1psz,3,9), kasza jęczmienna 180g, surówka z warzyw mieszanych z majonezem 120g (9), kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): budyń śmietankowy 350ml (7,1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> jabłko 150g</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- makaron 450ml (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7),jogurt naturalny 150g 1,5%tł 150g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,9), pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), kasza jęczmienna 180g, surówka z selera i jabłka 210g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): budyń śmietankowy 350ml (7,1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> jabłko 150g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 70g, sałata lodowa 20g, , herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,9), pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), kasza jęczmienna 180g, surówka z selera i jabłka 210g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- makaron 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 150g (7), sałata lodowa 20g, , herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,9), pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), kasza jęczmienna 180g, surówka z selera i jabłka 210g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- makaron 450ml (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł 150g (7), sałata lodowa 20g, , herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,9) pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), kasza jęczmienna 180g, surówka z selera i jabłka 210g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec):budyń śmietankowy 350ml (7,1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> jabłko 150g</p>
---	--	---	---	---

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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 31.05.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	2893	2458	2527	2613	2559/
<b>Białko [g]</b>	79	67	81	79	73/
<b>Tłuszcz [g]</b>	93,7	80	87,7	76	79/
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	2,5	1,95	6,3	5,7	1,95/
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	490	411	408	457	429/
<b>Cukry [g]</b>	6,2	2,4	5,75	3,1	2,4/
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	42	32	42	43	31/
<b>Sód [mg]</b>	38,8	11	188	167	10,4/

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.05.2026r

## Jadłospis na dzień 01.06.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem (9,1psz,3) 450ml, potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,6,8)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, ogórek kiszony 50g , herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz),, chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem (9,1psz,3) 450ml, potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec):herbatniki 50g (1psz,3,7,6,8)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g, pomidor 50g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem (9,1psz,3) 450ml, potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) szynka wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), schab cygański 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz),, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem (9,1psz,3) 450ml, potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), schab cygański 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml-kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): jajko gotowane 50g, pomidor 50g, (WĄTR): kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Rosół z makaronem (9,1psz,3) 450ml, potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek (dziec):</b> herbatniki 50g (1psz,3,7,6,8)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> 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 Żywności

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 01.06.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	2622	2359	2391	2256	2561/2510
<b>Białko [g]</b>	86	80,6	90	78	83,5/84
<b>Tłuszcz [g]</b>	82	83	96	92	93,7/87
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	2,5	2,5	6,2	6,2	2,5/2,5
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	410	339	317	297	363/363
<b>Cukry [g]</b>	18,5	19	1,1	1,66	18,9/18,5
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	35	25	35	27	24/24
<b>Sód [mg]</b>	471	471	561	562	471/471

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.05.2026r

## Jadłospis na dzień 02.06.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml (7,1psz), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g  <b>Obiad:</b> Kalafiorowa450ml (1psz,9,7), kotlet schabowy 110g (1psz,3), ryż z pomidorami 180g, mizeria 150g (7), herbata z cukrem 250ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): kisiel 250 ml (1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g, papryka czerwona 50g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml (7,1psz) chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec):chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g  <b>Obiad:</b> Kalafiorowa 450ml (1psz,9,7), schab gotowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g,sałata z jogurtem 40g, herbata z cukrem 250ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): kisiel 250 ml (1psz)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), poledwica wieprzowa 70g, pomidor 50g , herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Kalafiorowa 450ml (1psz,9,7), schab gotowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g,sałata z jogurtem 40g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml (7,1psz), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, poledwica wieprzowa 30g, pomidor 50g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Kalafiorowa 450ml (1psz,9,7), schab gotowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g,sałata z jogurtem 40g,, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- kasza manna 450ml (7,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, jabłko 150g herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g  <b>Obiad:</b>Kalafiorowa 450ml (1psz,9,7), schab gotowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g,sałata z jogurtem 40g, herbata z cukrem 250ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): kisiel 250 ml (1psz)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7)</p>
--	--	---	--	--

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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 02.06.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	3009	2517	2307	2336	2517/2517
<b>Białko [g]</b>	76	67	86	79	67/67
<b>Tłuszcz [g]</b>	116	100	87	86	100/100
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	0,05	10,7	0,07	9,8	0,07/10,7
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	442	358	326	343	358/358
<b>Cukry [g]</b>	9,8	8,5	4,9	3,9	8,5/8,5
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	34	24	37	36	24/24
<b>Sód [mg]</b>	242	312	839	262	312/312

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.05.2026r

## Jadłospis na dzień 03.06.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml (7, 1psz,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g, musztarda 30g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7)  <b>Obiad:</b> Krupnik z ryżem 450ml (1psz, 9), gulasz szegedyński 350g (9), ziemniaki 350g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7,6,)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa krakowska 50g, ogórek zielony 50g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> herbatniki 50g (1psz,6,8,7,3)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml (7, 1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g, ketchup 30g,herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7)  <b>Obiad:</b> Krupnik z ryżem 450ml (1psz, 9), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7,6,)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g, sałata lodowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> herbatniki 50g (1psz,6,8,7,3)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b>Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 100g, ketchup 30g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Krupnik z ryżem 450ml (1psz, 9), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) kiełbasa szynkowa 50g, sałata lodowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml (7, 1psz,3), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 50g, ketchup 30g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Krupnik z ryżem 450ml (1psz, 9), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g, sałata lodowa 20g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml- zacierka 450ml (7, 1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): parówka cienka 0g, ketchup 30g, (WĄTR): szynka wędzona 30g, ketchup 30g herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7)  <b>Obiad:</b> Krupnik z ryżem 450ml (1psz, 9), potrawka z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g, herbata z cukrem 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7,6,)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 50g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> herbatniki 50g (1psz,6,8,7,3)</p>
---	---	--	---	--

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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 03.06.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	3110	2645	2273	2410	2393/2645
<b>Białko [g]</b>	101	83,5	69	72	72/83
<b>Tłuszcz [g]</b>	119	99	96	86	84/99
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	5,35	12,5	8,8	7,6	7,6/12,5
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	444	393	327	386	374/393
<b>Cukry [g]</b>	23,7	27,5	3,8	8	8,05/27,5
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	40,8	26,5	33	38	26/26
<b>Sód [mg]</b>	607	320	424	220	263/320

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.05.2026r

## Jadłospis na dzień 04.06.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 30g, papryka czerwona 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,7), kotlet mielony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,7,3,6)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, rzodkiewka 50g, herbata z cukrem 250ml  <b>Posilek nocny:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,7), Pulpet wp gotowany w sosie własnym 80g+150g 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,7,3,6)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata rukola 15g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> jogurt owocowy 150g (7)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b> Chleb pszenny, chleb razowy, bułka grahamka, masło extra 83% 14,5g, szynka konserwowa 70g, sałata lodowa 20g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,7), Pulpet wp gotowany w sosie własnym 80g+150g 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata rukola 15g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), pasztet mazowiecki 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> 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 lodowa 20g, herbata b/c  <b>II śniadanie:</b>jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,7), Pulpet wp gotowany w sosie własnym 80g+150g 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata rukola 15g, herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7) pasztet mazowiecki 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g  <b>Obiad:</b> Ziemniaczana z koperkiem 450 ml (1psz,9,7), schab gotowany 110g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml  <b>Podwieczorek</b> (WRZOD): wafle krówkowe 60g (1psz,7,3,6)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, sałata rukola 15g, herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> 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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 04.06.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGROANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGROANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGROANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	2773	2374	2273	2230	2374/2374
<b>Białko [g]</b>	79	74	69	74	74/74
<b>Tłuszcz [g]</b>	110	99	96	87	99/99
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	13,9	17,2	2,75	8,8	17,2/17,2
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	389	328	327	332	328/328
<b>Cukry [g]</b>	22,5	21,2	3,8	3,8	21,2/21,2
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	34	21	33	33	20/20
<b>Sód [mg]</b>	389	501	424	424	501/501

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 27.05.2026r

## Jadłospis na dzień 05.06.2026r

<p><b>DIETA PODSTAWOWA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – płatki owsiane 450ml (7,1ow), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), kotlet rybny 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek</b> (dziec): galaretką owocową 145g (1psz,6,9,7,12)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 100g (9), herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> deser mleczny z owocami 150g (7,1psz)</p>	<p><b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – płatki owsiane 450ml (7,1ow), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (1psz,7,3) ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek (dziec):</b> galaretką owocową 145g (1psz,6,9,7,12)  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 100g (9), herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> deser mleczny z owocami 150g (7,1psz)</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>  <b>Śniadanie:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g (3), pomidor 50g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (1psz,7,3) ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 100g (9) herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – płatki owsiane 450ml (7,1ow), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g herbata b/c  <b>II śniadanie:</b> jabłko 150g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (1psz,7,3) ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml  <b>Kolacja:</b> Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 100g (9) herbata b/c  <b>Posilek nocny:</b> Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g</p>	<p><b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA)</b>  <b>Śniadanie:</b> Zupa ml – płatki owsiane 450ml (7,1ow), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD):jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, (WĄTR): kiełbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem  <b>II śniadanie</b>(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g  <b>Obiad:</b> Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (1psz,7,3) ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml  <b>Podwieczorek (dziec):</b> galaretką owocową 145g (1psz,6,9,7,12)  <b>Kolacja:</b> Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 100g (9), herbata z cukrem  <b>Posilek nocny:</b> deser mleczny z owocami 150g (7,1psz)</p>
--	--	---	--	--

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

**Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 05.06.2026r**

<b>PARAMETR/DIETA</b>	<b>DIETA PODSTAWOWA</b>	<b>DIETA LEKKOSTRAWNA</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ</b>	<b>DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO</b>
<b>Wartość energetyczna [kcal]</b>	2802	2563	2408	2280	2453/2563
<b>Białko [g]</b>	93	87	93	89	85/87
<b>Tłuszcz [g]</b>	94	86	75	72	76/86
<b>Kwasy tłuszczowe nasycone [g]</b>	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05/0,05
<b>Węglowodany ogółem [g]</b>	429	384	378	354	382/384
<b>Cukry [g]</b>	53	51	13,8	13,6	49/51
<b>Błonnik pokarmowy [g]</b>	42	35	43	41	35/35
<b>Sód [mg]</b>	1018	920	807	806	920/920