

Jadłospis na dzień 08.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(1psz, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g(7), ogórek kiszony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml(7,9), kotlet mielony 100g(3,1psz), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, surówka z kiszonej kapusty 100g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(1psz,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), sałata lodowa 20g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml(7,9), pulpet wieprz pieczony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec):deser z ryżem i owocami 150 (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7),schab cygański 50g, surówka z kiszonej kapusty 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), kielbasa szynkowa 70g, sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml(7,9), pulpet wieprz pieczony 100g (1psz,3), 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) schab cygański 50g, surówka z kiszonej kapusty 100g(9), 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- makaron 450ml(1psz,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 II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml(7,9), pulpet wieprz pieczony 100g (1psz,3), 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 drobiowa 50g, surówka z kiszonej kapusty z olejem, 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- makaron 450ml(7,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml(7,9), pulpet wieprz pieczony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (Wrzod): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie (1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g,pomidor 50g (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 zmiana z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 08.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2593	2271	2234	2246	1954
Białko [g]	84	78	75	80	70
Tłuszcz [g]	88	88	83	74	64
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05
Węglowodany ogółem [g]	399	341	336	362	309
Cukry [g]	8,46	7,7	8,9	8,9	5,2
Błonnik pokarmowy [g]	38	38	27	37	23
Sód [mg]	1220	1324	1332	1332	336

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 08.03.2026r

Jadłospis na dzień 09.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jagłana 450ml(7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7),jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny (1psz), masło extra 83% 14,5g, marmolada 30g (1psz,7,12) Obiad: Brokułowa 450ml (7,9,1psz), makaron z sosem bolońskim 250g+150g (1psz,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g(9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy 300ml(1psz,7,9) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 20g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: pomarańcz 240g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jagłana 450ml(7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (1psz,7,12) Obiad: Brokułowa 450ml (7,9,1psz), makaron z sosem bolońskim 250g+150g (1psz,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g(9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy 300ml(1psz,7,9) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7),polędwica wieprzowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: pomarańcz 240g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g, jabłko 150g, herbata b/c II śniadanie: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet 30g(1pszy,10) Obiad: Brokułowa 450ml (7,9,1psz), sos boloński 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) polędwica wieprzowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g(1pszy,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jagłana 450ml(7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), jabłko 150g, herbata b/c II śniadanie:Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet 30g(1pszy,10) Obiad: Brokułowa 450ml (7,9,1psz), sos boloński 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g(9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g(1pszy,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jagłana 450ml(7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50gjabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (1psz,7,12) Obiad: Brokułowa 450ml (7,9,1psz), makaron z sosem bolońskim 250g+150g (1psz,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy 300ml(1psz,7,9) Kolacja: Bułki wrocławskie (1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 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:06.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 09.03.2026r

PARAMETR/DIETA	DIETA PODSTAWOWA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ	DIETA LEKKOSTRAWNA	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU, DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO
Wartość energetyczna [kcal]	2422	2307	2162	2256	2212
Białko [g]	64	77	59	71	63
Tłuszcz [g]	78	85	79	77	91
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,08	6,4	0,08	6,4	0,08
Węglowodany ogółem [g]	400	351	330	362	312
Cukry [g]	28	3	28	3,3	10
Błonnik pokarmowy [g]	33	39	23	39	23
Sód [mg]	88	207	88	207	83

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

Jadłospis na dzień 10.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml-pł owsiane 450ml(1ow, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7),ser salami 30g(7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(7,9), kotlet schabowy 110g (1psz,3), ziemniaki 350g, kapusta zasmażana 200g (1psz,9) 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), parówka gruba 70g (1psz,3,7,6), musztarda 30g (1psz,9,10), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml-pł owsiane 450ml(1ow,7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7),ser salami 30g(7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(7,9), schab gotowany w sosie własnym 100g+ 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), 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), parówka gruba 70g (1psz,3,7,6), ketchup 30g, 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: jabłko 150g Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(7,9), schab gotowany w sosie własnym 100g+ 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) parówka gruba 70g (1psz,3,7,6), ketchup 30g, 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-kasza manna 450ml(1psz,7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, szynka drobiowa 30g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(7,9), schab gotowany w sosie własnym 100g+ 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), parówka gruba 70g (1psz,3,7,6), ketchup 30g, 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-pł owsiane 450ml(7,1ow), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g(7) Obiad: Krupnik z ryżem 450ml(7,9), schab gotowany w sosie własnym 100g+ 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 150g (9), herbata z cukrem 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 zmianie z przyczyn niezależnych od Działu Żywnienia

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 10.03.2026r

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]	2212	2212	2212	2212	2222
Białko [g]	63	63	63	63	70
Tłuszcz [g]	91	91	91	91	65
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,08	0,08	0,08	9	1
Węglowodany ogółem [g]	312	312	312	312	360
Cukry [g]	10	10	10	10	18
Błonnik pokarmowy [g]	23	23	23	23	30
Sód [mg]	83	83	7	7	40

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Jadłospis na dzień 11.03.2026r

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), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g(6,10,9,1psz) Obiad: Rosół z makaronem 450ml(9, 1psz,3),potrawka z kurczaka 150g (3,1psz), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 200g (3), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, burak zakwaszany 80g, herbata z cukrem Posilek nocny: pomarańcza 210g	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), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g(6,10,9,1psz) Obiad: Rosół z makaronem 450ml(9, 1psz,3),potrawka z kurczaka 150g (3,1psz), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, burak zakwaszany 80g herbata b/c Posilek nocny: pomarańcza 210g	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, sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Rosół z makaronem 450ml(9, 1psz,3),potrawka z kurczaka 150g (3,1psz), 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) polędwica drobiowa 50g, burak zakwaszany 80g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g(1pszy,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), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Rosół z makaronem 450ml(9, 1psz,3),potrawka z kurczaka 150g (3,1psz), 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), polędwica drobiowa 50g, burak zakwaszany 80g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g(1pszy,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), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa (6,10, 1psz,7) Obiad: Rosół z makaronem 450ml(9, 1psz,3),potrawka z kurczaka 150g (3,1psz), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,11) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g, burak zakwaszany 80g 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:6.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 11.03.2026r

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]	2727	2273	2238	2243	2054
Białko [g]	97	90	88	95	86
Tłuszcz [g]	83	68	77	59	62
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3	1	1,5	5,4	1,5
Węglowodany ogółem [g]	438	354	332	367	316
Cukry [g]	11	0,5	0,4	1,2	0,5
Błonnik pokarmowy [g]	45	33	39	40	33
Sód [mg]	250	4	4,3	324	4,6

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Jadłospis na dzień 12.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(1psz, 7,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): serek homogenizowany 150g (7) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9, 1psz,3), karkówka pieczona w sosie pieczeniowym 120g+150g, ziemniaki 350g, sałatka z czerwonej kapusty 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(1psz, 7,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): serek homogenizowany 150g (7) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9, 1psz,3), szynka pieczona w sosie własnym 120g+150g, ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, 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: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9, 1psz,3),szynka pieczona w sosie własnym 120g+150g, 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 wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1pszy,10,6,7)	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,jogurt naturalny 1,5%tł 150g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad:Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9, 1psz,3),szynka pieczona w sosie własnym 120g+150g, 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 wędzona 50g, sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g(1pszy,10,6,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml(1psz, 7,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): serek homogenizowany 150g (7) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml(9, 1psz,3),szynka pieczona w sosie własnym 120g+150g, ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,11) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g, 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:6.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 12.03.2026r

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]	2799	2725	2309	2436	2716
Białko [g]	91	83	79	79	83
Tłuszcz [g]	113	98	86	85	98
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	2,7	2,7	2,7	2,7	2,7
Węglowodany ogółem [g]	388	426	354	389	424
Cukry [g]	24	25	4,4	4,6	23
Błonnik pokarmowy [g]	37	38	38	39	38
Sód [mg]	122	674	152	152	152

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Jadłospis na dzień 13.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml(, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g (3), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny (1psz), masło extra 83% 14,5g, marmolada 30g (1psz,7,12) Obiad: Krupnik jęczmienny 450ml(9, 1jęcz,7, 1psz), pulpet z ryby pieczony90g (3,1psz, 4), ziemniaki 350g, sos grecki 100g(9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (7,3,1psz,11)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml(7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g (3), sałata rukola 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny (1psz), masło extra 83% 14,5g, marmolada 30g (1psz,7,12) Obiad: Krupnik jęczmienny, pulpet rybny pieczony 90g (7,4), ziemniaki 350g, sos grecki 100g (9), herbata z cukrem 450ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: herbatniki 50g (7,3,1psz,11)	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 rukola 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny, pulpet rybny pieczony 90g (7,4), ziemniaki 350g, sos grecki 100g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) serek ziarnisty 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g (1pszy,10,6,7)	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, jajko gotowane 60g (3), sałata rukola 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad:Krupnik jęczmienny, pulpet rybny pieczony 90g (7,4), ziemniaki 350g, sos grecki 100g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g(1pszy,10,6,7)	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), (WRZOD): jajko gotowane 60g (3), sałata rukola 15g, (WĄTR): polędwica wieprzowa 30g, sałata rukola 15g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (1psz,7,12) Obiad: Krupnik jęczmienny, pulpet rybny pieczony 90g (7,4), ziemniaki 350g, sos gerecki (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, , herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (7,3,1psz,11)
--	---	---	---	--

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 13.03.2026r

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]	2778	2723	2378	2478	2502
Białko [g]	84	84	88	91	82
Tłuszcz [g]	81	81	78	76	66
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5	7	7,5	8	4
Węglowodany ogółem [g]	451	433	361	386	414
Cukry [g]	27	24	6	7	6
Błonnik pokarmowy [g]	37	30	39	39	29
Sód [mg]	1573	1500	40	40	40

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:12.03.2026r

Jadłospis na dzień 14.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(3,1psz, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55 (1psz,12,6,11), keczup, rzodkiewka, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dzieci): chleb pszenny (1psz), masło extra 83% 14,5g, pasztet mazowiecki 30g (1psz,7, 6,9) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(9,7, 1psz), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 250g +100g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dzieci): wafelki krówkowe 60g (7,3,11,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, warzywa pieczone100g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(7,3,1psz), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7),parówka cienka 55 (1psz,12,6,11), keczup,herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dzieci): chleb pszenny (1psz), masło extra 83% 14,5g, pasztet mazowiecki 30g (1psz,7,6,9) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(9,7, 1psz), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 250g +100g (7), herbata z cukrem 450ml Podwieczorek (dzieci): wafelki krówkowe 60g (7,3,11,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, warzywa pieczone 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(1żył), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55 (1psz,12,6,11), keczup,, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml (7,9,1psz), schab gotowany w sosie własnym 100g, ziemniaki 350g, marchewka duszona150g (7,1psz), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1żył), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) schab cygański 50g, warzywa pieczone 100g (9), , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1żył), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (1pszy,6)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml(7,3,1psz), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1żył), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 55 (1psz,12,6,11), keczup, 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml (7,9,1psz), schab gotowany w sosie własnym 100g, ziemniaki 350g, marchewka duszona150g (7,1psz), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1żył), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, warzywa pieczone 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- makaron 450ml(7,3,1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): marmolada 30g kielbasa szynkowa 30g (1psz,10), pomidor 50gherbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (1psz,7,6,9) Obiad: Barszcz czerwony 450ml(9,7, 1psz), ryż z jabłkami i bitą śmietaną 250g +100g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dzieci): wafelki krówkowe 60g (7,3,11,8) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, warzywa pieczone 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: 12.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 14.03.2026r

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]	2813	2813	2078	2237	2204
Białko [g]	59	59	78	78	53
Tłuszcz [g]	99	99	65	70	75
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	25	25	25	25	17
Węglowodany ogółem [g]	454	454	337	362	351
Cukry [g]	45	45	9	10	9
Błonnik pokarmowy [g]	37	37	46	44	27
Sód [mg]	92	92	121	121	92

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 12.03.2026r

Jadłospis na dzień 15.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna 450ml(,1psz, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 30g(7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Jarzynowa 450ml (7,1psz,9), klopsik w sosie 100g+150g (3,1psz), kasza jęczmienna 180g(1jęcz), sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 150g (3,9,1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (1psz,6,7,9), ogórek kiszony 50g, 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), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Jarzynowa 450ml (7,1psz,9), pulpet wieprz parowany w sosie 100g+150g (3,7,1psz), kasza jęczmienna 180g(1jęcz), sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 450ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 150g (3,9,1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,6,7,9), pomidor 50g, 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 wędzona70g (6), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Jarzynowa 450ml (7,1psz,9), pulpet wieprz parowany w sosie 100g+150g (3,7,1psz), kasza jęczmienna 180g(1jęcz), 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) polędwica drobiowa 50g(1psz,6,7,9), pomidor 50g , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1pszy,6,9)	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), sałata lodowa 20g,, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Jarzynowa 450ml (7,1psz,9), pulpet wieprz parowany w sosie 100g+150g (3,7,1psz), kasza jęczmienna 180g(1jęcz), 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), polędwica drobiowa 50g(1psz,6,7,9), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: jabłko 150g	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), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Jarzynowa 450ml (7,1psz,9), pulpet wieprz parowany w sosie 100g+150g (3,7,1psz), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretka owocowa 150g (3,9,1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,6,7,9), pomidor 50g , 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 Żywności.

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywności SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 15.03.2026r

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]	2511	2237	2419	2444	2192
Białko [g]	75	75	85	86	76
Tłuszcz [g]	80	75	90	80	69
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	2	2	6	6	6
Węglowodany ogółem [g]	426	359	371	399	361
Cukry [g]	7	6	4	4	4
Błonnik pokarmowy [g]	39	28	40	41	28
Sód [mg]	195	195	195	191	195

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Jadłospis na dzień 16.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(,1jęcz, 7), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 60g(3), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g(7) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (7,9), fasolka po bretońsku 250g (1psz), chleb pszenny 120g (1psz), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek ziarnisty 1,5%tł 150g(7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml(,1jęcz, 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): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (7,9), leniwe pierogi z masłem 200g (1psz,7,3), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 450ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7),szynka konserwowa 50g, sałata masłowa 20g, 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), jajko gotowane 120g(3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (7,9), potrawka z fileta drobiowego 150g (1psz,7,9), 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) szynka konserwowa 50g, sałata masłowa 20g, pomidor 50g , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (1pszy,6,7)	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,jajko gotowane 60g (3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (7,9), potrawka z fileta drobiowego 150g (1psz,7,9), 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), szynka konserwowa 50g, sałata masłowa 20g, 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- kasza jęczmienna 450ml(,1jęcz, 7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD):jajko gotowane 60g(3), pomidor 50g, (wątr): kielbasa szynkowa 30g (10,6,9,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g(7) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (7,9), leniwe pierogi z masłem 200g (1psz,7,3), surówka z marchwi i jabłka 150g,, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec):herbatniki 50g (1psz,3,7,11) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, sałata masłowa 20g, 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:6.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 16.03.2026r

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]	2777	2381	2127	2153	2070
Białko [g]	105	105	72	90	100
Tłuszcz [g]	103	82	70	60	65
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	23	16	20	19	7
Węglowodany ogółem [g]	393	323	334	347	283
Cukry [g]	10	7	8	6	6
Błonnik pokarmowy [g]	41	23	38	38	22
Sód [mg]	1384	1304	565	565	570

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia:6.03.2026r

Jadłospis na dzień 17.03.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml(7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), 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), pasztet mazowiecki 30g(1psz, 7, 6,9) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (7,9,1psz,3), kotlet mielony 100g (3), ziemniaki 350g, buraczki 150g (1psz), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, warzywa pieczone 100g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: pomarańcza 210g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml(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), pasztet mazowiecki 30g (1psz, 7, 6,9) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (7,9,1psz,3), pulpet wieprz pieczony 100g (3,1psz), ziemniaki 350g, buraczki 150g (7,1psz), herbata z cukrem 450ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g 1psz,3,7,11) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, warzywa pieczone 100g (9) herbata b/c Posilek nocny: pomarańcza 210g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (7,9,1psz,3) pulpet wieprz pieczony 100g (3,1psz), ziemniaki 350g, buraczki 150g (7,1psz), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) polędwica wieprzowa 50g, warzywa pieczone 100g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1pszy,6,7,9)	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, jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (7,9,1psz,3), pulpet wieprz pieczony 100g (3,1psz), ziemniaki 350g, buraczki 150g (7,1psz), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, warzywa pieczone 100g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1pszy,6,7,9)	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), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz, 7, 6,9) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (7,9,1psz,3), pulpet wieprz pieczony 100g (3,1psz), ziemniaki 350g, buraczki 150g (7,1psz), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7,11) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g, warzywa pieczone 100g (9), 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: 6.03.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 17.03.2026r

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]	2825	2444	2245	2245	2142
Białko [g]	78	69	76	76	65
Tłuszcz [g]	106	100	75	75	78
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8	12	7	7	4
Węglowodany ogółem [g]	427	360	366	366	335
Cukry [g]	22	22	5	5	22
Błonnik pokarmowy [g]	44	32	40	40	30
Sód [mg]	32	32	32	32	32

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 6.03.2026r