



Wielkopolskie Centrum Onkologii  
im. Marii Skłodowskiej-Curie  
ul. Garbary 15, 61-866 Poznań  
tel. (+48-61) 885 05 00 fax 852 19 48  
NIP: 778-13-42-057 REGON: 000291204  
Nr księgi: 000000016138

Jadłospis za okres: 2026-03-21 do 2026-03-30

Data: 21-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Śniadanie

**Skład:** Zupa mleczna z ryżem 300g \*(7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Szyńska Delikatesowa Z Kurczaka 50g \*(7, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 708,1500 kcal |
| Białko               | 31,3490 g     |
| Tłuszcz              | 17,9470 g     |
| Węglowodany          | 103,9000 g    |
| w tym NKT            | 10,0540 g     |
| W tym cukry          | 7,2350 g      |
| Błonnik              | 4,9740 g      |
| Sód                  | 627,9000 mg   |

Data: 21-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa krem z dyni z pomidorami 300g \*(3, 7, 9, 10, P50), Polędwica wieprzowa duszona 80g \*(1), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot truskawkowo-agrestowy 200g

Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 770,3768 kcal |
| Białko               | 50,5268 g     |
| Tłuszcz              | 30,3310 g     |
| Węglowodany          | 87,9940 g     |
| w tym NKT            | 6,4290 g      |
| W tym cukry          | 15,1999 g     |
| Błonnik              | 13,3825 g     |
| Sód                  | 166,1668 mg   |

Data: 21-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

Posiłek: Kolacja

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Filet Parzony Z Indyka 50g \*(7), Serek Haga 16,66g \*(7), Pomidory 150g

Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 576,4812 kcal |
| Białko               | 22,3128 g     |
| Tłuszcz              | 16,0016 g     |
| Węglowodany          | 82,3831 g     |
| w tym NKT            | 10,2774 g     |
| W tym cukry          | 3,3997 g      |
| Błonnik              | 12,8300 g     |
| Sód                  | 721,5660 mg   |

Data: 21-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Posiłek Nocny**

**Skład:** Mus Owocowo-Warzywny 120 G

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm     |
|----------------------|--------------|
| Wartość energetyczna | 54,0000 kcal |
| Białko               | 0,6000 g     |
| Węglowodany          | 14,4000 g    |

Data: 22-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g \*(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Szyunka Tostowa Z Kurczaka 50g \*(1, 6, 9, 10), Jajko gotowane 50g \*(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 812,4500 kcal |
| Białko               | 37,4240 g     |
| Tłuszcz              | 25,2520 g     |
| Węglowodany          | 106,9790 g    |
| w tym NKT            | 12,0840 g     |
| W tym cukry          | 7,9450 g      |
| Błonnik              | 5,4840 g      |
| Sód                  | 698,4000 mg   |

Data: 22-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa szpinakowa 400g \*(1, 7, 9, P47), Potrawka z kurczaka 150g \*(1, 3, 9), Ryż na sypko 160g \*(7), Marchew oprószana 160g \*(1, P50), Kompot z czarnej porzeczki 200g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 862,0500 kcal |
| Białko               | 43,6540 g     |
| Tłuszcz              | 24,1540 g     |
| Węglowodany          | 122,9160 g    |
| w tym NKT            | 7,0081 g      |
| W tym cukry          | 11,2510 g     |
| Błonnik              | 6,4120 g      |
| Sód                  | 228,8400 mg   |

Data: 22-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Szyunka Biała 50g \*(1, 6, 9, 10), Papryka 150g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 602,2500 kcal |
| Białko               | 22,2300 g     |
| Tłuszcz              | 13,0450 g     |
| Węglowodany          | 97,9500 g     |
| w tym NKT            | 6,6540 g      |
| W tym cukry          | 13,3500 g     |
| Błonnik              | 9,5300 g      |
| Sód                  | 232,4000 mg   |

Data: 22-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 142,5000 kcal |
| Białko               | 5,7500 g      |
| Tłuszcz              | 2,0000 g      |
| Węglowodany          | 24,5000 g     |
| w tym NKT            | 1,2500 g      |
| W tym cukry          | 22,7500 g     |
| Błonnik              | 2,0000 g      |

Data: 23-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z budyniu 300g \*(7, P47), Bułka 50g \*(1, 3, 7), Chleb Bałtonowski 50g \*(1, 7), Graham Pszenny 20g \*(1, 7), Masło Porcyjne 10 G \*(7), Polędwica Sopotcka 50g \*(10), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 714,5000 kcal |
| Białko               | 30,4690 g     |
| Tłuszcz              | 20,6870 g     |
| Węglowodany          | 100,3100 g    |
| w tym NKT            | 10,9040 g     |
| W tym cukry          | 8,7350 g      |
| Błonnik              | 10,6240 g     |
| Sód                  | 492,9000 mg   |

Data: 23-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

Skład: Zupa koperkowa z ziemniakami 400g \*(7, 9, 10, P50), Schab duszony 70g \*(1), Ziemniaki z wody 200g, Bukiet warzyw 150g, Kompot z wiśni mrożonych 200g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 735,0618 kcal |
| Białko               | 43,6013 g     |
| Tłuszcz              | 27,5250 g     |
| Węglowodany          | 80,1783 g     |
| w tym NKT            | 6,2511 g      |
| W tym cukry          | 14,9099 g     |
| Błonnik              | 12,4937 g     |
| Sód                  | 120,8501 mg   |

Data: 23-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Ser biały z zieloną pietruszką 120g \*(7, P47), Rukola 20g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 617,3100 kcal |
| Białko               | 31,6490 g     |
| Tłuszcz              | 17,1640 g     |
| Węglowodany          | 81,5200 g     |
| w tym NKT            | 10,3741 g     |
| W tym cukry          | 6,4010 g      |
| Błonnik              | 6,8920 g      |
| Sód                  | 276,3200 mg   |

Data: 23-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Posiłek Nocny**

**Skład:** Musly Owocowo-Zbożowy 170g \*(1)

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 149,6000 kcal |
| Białko               | 2,3800 g      |
| Tłuszcz              | 0,8500 g      |
| Węglowodany          | 30,6000 g     |
| w tym NKT            | 0,1700 g      |
| W tym cukry          | 20,4000 g     |
| Błonnik              | 4,5900 g      |
| Sód                  | 0,0170 mg     |

Data: 24-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Zupa mleczna z kaszką manną 300g \*(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Kurczak Gotowany-Wędlina 50g, Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 716,3000 kcal |
| Białko               | 32,5640 g     |
| Tłuszcz              | 18,1820 g     |
| Węglowodany          | 102,9400 g    |
| w tym NKT            | 10,1050 g     |
| W tym cukry          | 7,3300 g      |
| Błonnik              | 6,9240 g      |
| Sód                  | 500,5000 mg   |

Data: 24-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa krem z pietruszki 300g \*(7, 9, 10, P39, P50), Rolada drobiowa pieczona z brokułami 100g \*(1, 3, 7), Ziemniaki z wody 200g, Buraczki oprószone 160g \*(1), Kompot z truskawek mrożonych 200g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 721,3368 kcal |
| Białko               | 34,3573 g     |
| Tłuszcz              | 26,3150 g     |
| Węglowodany          | 97,5713 g     |
| w tym NKT            | 5,1908 g      |
| W tym cukry          | 34,1239 g     |
| Błonnik              | 18,2507 g     |
| Sód                  | 320,5891 mg   |

Data: 24-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Sałatka z tuńczyka-d 120g \*(3, 4, 9), Serek Puszasty Almette 1 Szt = 30 G \*(7, P47), Sałata Zielona 25g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 733,7850 kcal |
| Białko               | 33,4765 g     |
| Tłuszcz              | 24,8765 g     |
| Węglowodany          | 88,3000 g     |
| w tym NKT            | 11,9491 g     |
| W tym cukry          | 5,1260 g      |
| Błonnik              | 8,2420 g      |
| Sód                  | 554,5450 mg   |

Data: 24-03-2026 - Wtorek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Naturalny B/Laktozy 150 MI \*(7)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm     |
|----------------------|--------------|
| Wartość energetyczna | 97,5000 kcal |
| Białko               | 6,3000 g     |
| Tłuszcz              | 4,5000 g     |
| Węglowodany          | 7,9500 g     |
| w tym NKT            | 4,5000 g     |
| W tym cukry          | 7,9500 g     |

Data: 25-03-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g \*(7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Kiełbasa Szynkowa 50g \*(10), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 739,5000 kcal |
| Białko               | 31,3840 g     |
| Tłuszcz              | 18,9370 g     |
| Węglowodany          | 109,7350 g    |
| w tym NKT            | 10,1140 g     |
| W tym cukry          | 7,2200 g      |
| Błonnik              | 6,0940 g      |
| Sód                  | 849,6500 mg   |

Data: 25-03-2026 - Środa

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa szparagowa z makaronem 400g \*(1, 3, 7, 9, 10, P50), Polędwica wieprzowa duszona w sosie śliwkowym 90g \*(1), Kasza jęczmienna 100g \*(1, 7), Sałatka z marchwi i jabłek z olejem 160g \*(P39, P50), Kompot z czerwonej porzeczki 200g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 849,8500 kcal |
| Białko               | 45,0100 g     |
| Tłuszcz              | 30,6630 g     |
| Węglowodany          | 116,5820 g    |
| w tym NKT            | 8,2431 g      |
| W tym cukry          | 21,2770 g     |
| Błonnik              | 12,5150 g     |
| Sód                  | 235,2900 mg   |

**Data: 25-03-2026 - Środa****Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Pasta z sera białego i wędlin 120g \*(7, 10, P47), Papryka 150g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 627,1700 kcal |
| Białko               | 30,9030 g     |
| Tłuszcz              | 16,5930 g     |
| Węglowodany          | 87,5750 g     |
| w tym NKT            | 8,2142 g      |
| W tym cukry          | 3,4420 g      |
| Błonnik              | 9,6140 g      |
| Sód                  | 1 140,2400 mg |

**Data: 25-03-2026 - Środa****Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Posiłek Nocny**

**Skład:** Sok Smoothie 250g \*(P19, P71, P80)

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 205,0000 kcal |
| Białko               | 1,6750 g      |
| Tłuszcz              | 3,0500 g      |
| Węglowodany          | 30,0000 g     |
| w tym NKT            | 2,5000 g      |
| W tym cukry          | 24,2500 g     |

**Data: 26-03-2026 - Czwartek****Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna****Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300g \*(1, 7, P47), Bułka Grahamka 50g \*(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 20g \*(1, 7), Kawiorek 50g \*(1, 3, 7), Masło Porcyjne 15g \*(7), Filet Z Indyka Gotowany 50g \*(1, 6, 7, 9), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 790,1000 kcal |
| Białko               | 32,6040 g     |
| Tłuszcz              | 22,0720 g     |
| Węglowodany          | 115,2000 g    |
| w tym NKT            | 12,4820 g     |
| W tym cukry          | 7,7100 g      |
| Błonnik              | 13,3040 g     |
| Sód                  | 958,5500 mg   |

Data: 26-03-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

**Skład:** Rosół z makaronem 400g \*(1, 3, 9, 10, P50), Filet z kurczaka duszony z pomidorami 80g \*(1), Ziemniaki z wody 200g, Brokuły z wody 150g, Kompot owocowy 200g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 727,1818 kcal |
| Białko               | 47,5423 g     |
| Tłuszcz              | 18,9980 g     |
| Węglowodany          | 96,4163 g     |
| w tym NKT            | 1,4289 g      |
| W tym cukry          | 15,2669 g     |
| Błonnik              | 11,7017 g     |
| Sód                  | 242,5401 mg   |

Data: 26-03-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Szynka Chlebowa 50g \*(1, 7, 8, 9, 10), Rukola 20g, Dżem Jednorazowy Niskosłodzony 25g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 601,2500 kcal |
| Białko               | 21,6000 g     |
| Tłuszcz              | 15,9850 g     |
| Węglowodany          | 89,2500 g     |
| w tym NKT            | 7,9040 g      |
| W tym cukry          | 13,2000 g     |
| Błonnik              | 6,8500 g      |
| Sód                  | 727,9000 mg   |

Data: 26-03-2026 - Czwartek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Posiłek Nocny

**Skład:** Serek Homogenizowany 100G \*(7, P47)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 119,0000 kcal |
| Białko               | 11,8000 g     |
| Tłuszcz              | 6,0000 g      |
| Węglowodany          | 4,5000 g      |
| w tym NKT            | 3,8000 g      |
| W tym cukry          | 3,6000 g      |

Data: 27-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Owsianka na mleku 300g \*(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Jajecznica z zieloną pietruszką 140g \*(3, 7), Pomidory Koktajlowe 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 977,7050 kcal |
| Białko               | 42,2660 g     |
| Tłuszcz              | 41,3840 g     |
| Węglowodany          | 109,3350 g    |
| w tym NKT            | 19,7291 g     |
| W tym cukry          | 7,5805 g      |
| Błonnik              | 8,5150 g      |
| Sód                  | 452,3100 mg   |

Data: 27-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Barszcz z ziemniakami 400g \*(1, 9, 10, P50), Filet rybny pieczony 120g \*(4, 9), Sos pietruszkowy 100g \*(1, 7), Sałatka z selera i brzoskwiń z olejem 150g \*(P23), Ziemniaki z wody 200g, Kompot ze śliwek mrożonych 200g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 726,9518 kcal |
| Białko               | 35,1373 g     |
| Tłuszcz              | 24,4230 g     |
| Węglowodany          | 99,9883 g     |
| w tym NKT            | 7,6284 g      |
| W tym cukry          | 26,0619 g     |
| Błonnik              | 16,4017 g     |
| Sód                  | 358,2401 mg   |

Data: 27-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Ser biały z koperkiem 120g \*(7, P47), Sałata Zielona 25g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 585,0800 kcal |
| Białko               | 31,4870 g     |
| Tłuszcz              | 13,2280 g     |
| Węglowodany          | 82,3490 g     |
| w tym NKT            | 7,4160 g      |
| W tym cukry          | 5,8770 g      |
| Błonnik              | 6,9460 g      |
| Sód                  | 273,1400 mg   |

Data: 27-03-2026 - Piątek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Posiłek Nocny**

**Skład:** Jogurt Naturalny 150 G \*(7, P47)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm     |
|----------------------|--------------|
| Wartość energetyczna | 90,0000 kcal |
| Białko               | 6,0000 g     |
| Tłuszcz              | 3,7500 g     |
| Węglowodany          | 7,9500 g     |
| w tym NKT            | 2,5500 g     |
| W tym cukry          | 7,9500 g     |

Data: 28-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

**Skład:** Zupa mleczna z ryżem 300g \*(7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Polędwica Z Piersi Kurczaka 50g \*(6, 9, 10), Sałata Zielona 25g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 703,1500 kcal |
| Białko               | 31,3490 g     |
| Tłuszcz              | 17,8970 g     |
| Węglowodany          | 102,8000 g    |
| w tym NKT            | 9,8540 g      |
| W tym cukry          | 7,2350 g      |
| Błonnik              | 4,9740 g      |
| Sód                  | 647,9000 mg   |

Data: 28-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

**Skład:** Zupa wiedeńska 400g \*(1, 9, 10), Schab duszony 70g \*(1), Ziemniaki z wody 200g, Marchew oprószana 160g \*(1, P50), Kompot z rabarbaru 200g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 744,3318 kcal |
| Białko               | 40,0693 g     |
| Tłuszcz              | 25,9650 g     |
| Węglowodany          | 91,6523 g     |
| w tym NKT            | 5,1267 g      |
| W tym cukry          | 10,9549 g     |
| Błonnik              | 5,7127 g      |
| Sód                  | 200,4001 mg   |

Data: 28-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

**Skład:** Herbata, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7), Kielbasa Szynkowa Drobiowa 50g \*(7, 10), Serek Puszysty Almette 1 Szt = 30 G 30g \*(7, P47), Papryka 150g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 623,8000 kcal |
| Białko               | 24,6400 g     |
| Tłuszcz              | 19,8200 g     |
| Węglowodany          | 85,4600 g     |
| w tym NKT            | 11,6540 g     |
| W tym cukry          | 3,3100 g      |
| Błonnik              | 9,5300 g      |
| Sód                  | 712,4000 mg   |

Data: 28-03-2026 - Sobota

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Posiłek Nocny**

**Skład:** Mus Owocowo-Warzywny 120 G

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm     |
|----------------------|--------------|
| Wartość energetyczna | 54,0000 kcal |
| Białko               | 0,6000 g     |
| Węglowodany          | 14,4000 g    |

Data: 29-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Śniadanie**

**Skład:** Zupa mleczna z płatkami kuk. 300g \*(1, 7, P47), Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Parówki Drobiowe 120g \*(6, 7, 9, 10), Ketchup Porcyjny 15 G 15g, Jajko gotowane 50g \*(3), Sałata Lodowa 25g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 978,5000 kcal |
| Białko               | 46,6740 g     |
| Tłuszcz              | 39,1020 g     |
| Węglowodany          | 107,6590 g    |
| w tym NKT            | 16,5140 g     |
| W tym cukry          | 8,5450 g      |
| Błonnik              | 5,4840 g      |
| Sód                  | 1 258,4000 mg |

Data: 29-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Obiad**

**Skład:** Zupa selerowa z ziemniakami 400g \*(7, 9, 10), Filet z indyka duszony 90g \*(1), Kasza jęczmienna 100g \*(1, 7), Brokuły z wody 150g, Kompot z czarnej porzeczki 200g

**Charakterystyka**

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 709,4200 kcal |
| Białko               | 39,9180 g     |
| Tłuszcz              | 20,4080 g     |
| Węglowodany          | 98,3150 g     |
| w tym NKT            | 4,4722 g      |
| W tym cukry          | 9,6220 g      |
| Błonnik              | 17,5340 g     |
| Sód                  | 171,2900 mg   |

Data: 29-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

**Posiłek: Kolacja**

**Skład:** Herbata, Szynka Konserwowa Wp-Mielona 50g \*(10), Pomidory 150g, Miód 25g, Pieczywo z masłem 2 \*(1, 3, 7)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 602,2500 kcal |
| Białko               | 19,1275 g     |
| Tłuszcz              | 11,4200 g     |
| Węglowodany          | 102,5000 g    |
| w tym NKT            | 6,2290 g      |
| W tym cukry          | 20,3500 g     |
| Błonnik              | 12,8300 g     |
| Sód                  | 979,9000 mg   |

Data: 29-03-2026 - Niedziela

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Jogurt Bez Laktozy Dar Pure 250g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 142,5000 kcal |
| Białko               | 5,7500 g      |
| Tłuszcz              | 2,0000 g      |
| Węglowodany          | 24,5000 g     |
| w tym NKT            | 1,2500 g      |
| W tym cukry          | 22,7500 g     |
| Błonnik              | 2,0000 g      |

Data: 30-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Śniadanie

Skład: Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g \*(7, P47), Bułka 50g \*(1, 3, 7), Chleb Baltonowski 50g \*(1, 7), Graham Pszenny 20g \*(1, 7), Masło Porcyjne 10 G 10g \*(7), Filet Parzony Z Indyka 50g \*(7), Pomidory 150g, Kawa zbożowa 200g \*(1)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 754,0000 kcal |
| Białko               | 32,1340 g     |
| Tłuszcz              | 19,0370 g     |
| Węglowodany          | 113,2600 g    |
| w tym NKT            | 9,9140 g      |
| W tym cukry          | 8,3450 g      |
| Błonnik              | 11,5940 g     |
| Sód                  | 694,6500 mg   |

Data: 30-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Obiad

Skład: Rosolnik z ryżem 400g \*(9, 10, P50), Filet z kurczaka duszony 110g \*(1), Ziemniaki z wody 200g, Cukinia z marchwią z oliwą z oliwek \*(P50), Kompot owocowy 200g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 607,4218 kcal |
| Białko               | 39,7903 g     |
| Tłuszcz              | 14,6790 g     |
| Węglowodany          | 82,9433 g     |
| w tym NKT            | 1,8892 g      |
| W tym cukry          | 10,3109 g     |
| Błonnik              | 9,5457 g      |
| Sód                  | 270,1701 mg   |

Data: 30-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Kolacja

Skład: Herbata, Pieczywo z masłem 1 \*(1, 3, 7), Pasta z sera białego i jaj 120g \*(3, 7, P47), Rukola 20g

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 550,3700 kcal |
| Białko               | 27,9230 g     |
| Tłuszcz              | 18,0630 g     |
| Węglowodany          | 67,3700 g     |
| w tym NKT            | 10,5222 g     |
| W tym cukry          | 5,2320 g      |
| Błonnik              | 5,0040 g      |
| Sód                  | 288,6900 mg   |

Data: 30-03-2026 - Poniedziałek

Dieta: Żywnienie - Dieta Łatwostrawna

#### Posiłek: Posiłek Nocny

Skład: Musly Owocowo-Zbożowy 170g \*(1)

### Charakterystyka

| Wartość odżywcza     | Ilość Jm      |
|----------------------|---------------|
| Wartość energetyczna | 149,6000 kcal |
| Białko               | 2,3800 g      |
| Tłuszcz              | 0,8500 g      |
| Węglowodany          | 30,6000 g     |
| w tym NKT            | 0,1700 g      |
| W tym cukry          | 20,4000 g     |
| Błonnik              | 4,5900 g      |
| Sód                  | 0,0170 mg     |

**\* ALERGIE POKARMOWE - legenda:**

|                           |                                                   |                                     |                                       |
|---------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| 1 – Gluten                | 2 – Skorupiaki                                    | 3 - Jaja (jadalne)                  | 4 – Ryba                              |
| 5 - Orzeszki ziemne       | 6 - Białko sojowe                                 | 7 - Białko mleka krowiego           | 8 - Orzechy i nasiona                 |
| 9 – Seler                 | 10 - Musztarda/gorczyca                           | 11 -Nasiona sezamu                  | 12 - Siarczyny i pochodna siarczynowa |
| 13 - Nasiona łubinu       | 14 - Owoce morza                                  | P15 – Albumina                      | P16 – Ananas                          |
| P17 – Arbuz               | P18 – Aspartam                                    | P19 – Banan                         | P20 - Białko jaja kurzego             |
| P21 – Borówka             | P22 – Bób                                         | P23 – Brzoskwinia                   | P24 – Cebula                          |
| P25 – Cynamon             | P26 – Cytrynian                                   | P27 – Czekolada                     | P28 – Czosnek                         |
| P29 - Dodatek do żywności | P30 – Dorsz                                       | P31 – Drób                          | P32 – Figi                            |
| P33 - Gałka muszkatołowa  | P34 - Glutaminian                                 | P35 – Goździk                       | P36 – Grzyb                           |
| P37 – Homar               | P38 – Imbir                                       | P39 – Jabłko                        | P40 - Kalmar                          |
| P41 – Kokos               | P42 - Koncentrat białek jaja kurzego              | P43 – Krab                          | P44 – Krewetki                        |
| P45 – Kukurydza           | P46 - Kwas tłuszczowy omega-3 pochodzenia rybnego | P47 – Laktoza                       | P48 – Maliny                          |
| P49 – Małże               | P50 – Marchew                                     | P51 – Mątwą                         | P52 - Melon                           |
| P53 – Mięso               | P54 - Mięso czerwone                              | P55 – Migdał                        | P56 – Nabiał                          |
| P57 - Nasiona             | P58 - Olej rybi                                   | P59 - Olejek migdałowy              | P60 – Orzech                          |
| P61 - Orzech laskowy      | P62 - Orzech nerkowca                             | P63 - Orzech włoski – orzech        | P64 - Orzeszki piniowe                |
| P65 – Ostryga             | P66 – Ośmiornica                                  | P67 – Owies                         | P68 – Owoc                            |
| P69 - Owoc cytrusowy      | P70 - Owoc kiwi                                   | P71 - Owoc mango                    | P72 – Papryka                         |
| P73 – Pistacja            | P74 - Pomarańcza – owoc                           | P75 – Pomidor                       | P76 – Pszenica                        |
| P77 – Ryż                 | P78 – Ser                                         | P79 - Skorupiak morski              | P80 - Sok jabłkowy                    |
| P81 - Truskawka           | P82 – Tuńczyk                                     | P83 - Warzywa strączkowe            | P84 – Wieprzowina                     |
| P85 - Wiśnia              | P86 – Zboża                                       | P87 - Ziarna soi                    | P88 – Ziemniak                        |
| P89 - Zioła i przyprawy   | P90 – Żyto                                        | P91 - Żywność na bazie mleka ssaków |                                       |