

Jadłospis na dzień 04.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (1psz,7,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Brokułowa 450ml (1psz,9,7), ryba smażona 120g (4,1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z kiszonej kapusty z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 145g (1psz,6,9,8,12,7,10) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: bułka mleczna (1psz,3,7) 40g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (1psz,7,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Brokułowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny 80g (4,1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 145g (1psz,6,9,8,12,7,10) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: bułka mleczna (1psz,3,7) 40g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 70g (9,6), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Brokułowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny 80g (4,1psz,3), 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 drobiowa 50g (1psz,6,7), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (1psz,6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- zacierka 450ml (1psz,7,3), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, szynka konserwowa 30g (6,9), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Brokułowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny 80g (4,1psz,3), 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 drobiowa 50g (1psz,6,7), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (1psz,6,9,10)	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), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Brokułowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny 80g (4,1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec):galaretką owocową 145g (1psz,6,9,8,12,7,10) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), serek ziarnisty 150g (7), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: bułka mleczna (1psz,3,7) 40g
--	---	--	--	--

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 04.09.2026r

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]	2802	2161	2482	2520	2151/2161
Białko [g]	91,1	74,9	91,2	92,5	74,7//74,9
Tłuszcz [g]	92	58,4	87,8	80,3	58,4/58,4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8	4,9	6,7	6,9	4,9/4,9
Węglowodany ogółem [g]	438,7	359,8	374	399,9	357,7/359,8
Cukry [g]	20,3	13,4	8,8	9	11,4/13,4
Błonnik pokarmowy [g]	41,6	30,9	48,3	49,2	30,8/30,8
Sód [mg]	1594	570,6	925	935	570,6/570,3

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Jadłospis na dzień 05.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna (7, 1jecz) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55g (10,7,9), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle kakowe 60g (1psz,7,3,5) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa (6,9) 50g, rzodkiewka 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami (1psz,7) 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna (7, 1jecz) 450ml, chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55g (10,7,9), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle kakowe 60g (1psz,7,3,5) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa (6,9) 50g, sałata rozszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: deser mleczny z owocami (1psz,7) 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), parówka cienka 110g (10,7,9), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml szynka gotowana w kawałach w sosie potrawkowym 140g (1psz9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka konserwowa (6,9) 50g, sałata rozszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1lsz,6,9,10,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna (7, 1jecz) 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 55g (10,7,9), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml szynka gotowana w kawałach w sosie potrawkowym 140g (1psz9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa (6,9) 50g, sałata rozszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1lsz,6,9,10,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna (7, 1jecz) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kiełbasa szynkowa 30g (6,9,10), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g (10,6,9) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, ryż z jabłkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle kakowe 60g (1psz,7,3,5) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa (6,9) 50g, sałata rozszponka 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami (1psz,7) 150g
--	---	--	--	---

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 05.09.2026r

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]	2996	2732	2595	2555	2256/2559
Białko [g]	62,4	56,6	83,1	81,2	53,3/55,8
Tłuszcz [g]	122,9	123,7	118,3	103,6	87,6/107,7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,05	28,2	3,75	3,75	19,9/28,3
Węglowodany ogółem [g]	439,1	367,4	336,5	362,7	332,9/361,1
Cukry [g]	51,3	51,3	15,3	15,8	27,9/45,3
Błonnik pokarmowy [g]	33,7	22,9	39,9	42,2	22,6/23,3
Sód [mg]	432,2	432,2	251,4	252,5	577,2/611,4

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Jadłospis na dzień 06.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (7,1psz,3), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 35g (7), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (12) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, marchewka z groszkiem 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy 250g (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (9,6,1psz,10), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,3,7,8)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 35g (7), pomidor 50g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (12) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy 250g (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (9,6,1psz,10), sałata lodowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,3,7,8)	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 (6,9,10), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata lodowa 20g, , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (7,1psz,3),chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, ser topiony 35g (7), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,1psz,10), sałata lodowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml, (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9,1psz,10) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel owocowy 250g (1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie (1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (9,6,1psz,10), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,3,7,8)
--	---	---	--	--

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 06.09.2026r

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]	2902	2369	2832	2845	2277/2369
Białko [g]	100,1	87,8	115,5	108,1	93/95,5
Tłuszcz [g]	95,5	95,9	102,9	107,5	90,1/95,9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,75	4,75	4,9	4,9	4,75/4,75
Węglowodany ogółem [g]	441,7	306,9	401,6	402	291,6/306,9
Cukry [g]	19,9	19,9	0,7	0,7	19,9/19,9
Błonnik pokarmowy [g]	35,8	20,8	45,1	45,1	20,7/20,8
Sód [mg]	612,5	612,5	737,5	737,5	612,5/612,5

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Jadłospis na dzień 07.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (1ow,7), 450ml, chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): banan 170g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,3,9), łazanki z kapustą i kielbasą 350g (1psz,3), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): mus warzywno – owocowy 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa mielonka 50g (6,9,10,1psz), papryka czerwona 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: kefir naturalny 200g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (1ow,7), 450ml, chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): banan 170g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,3,9), sos mięsny 150g (1psz), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): mus warzywno – owocowy 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa mielonka 50g (6,9,10,1psz), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: kefir naturalny 200g (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 100g (3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,3,9), sos mięsny 150g (1psz), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) kielbasa mielonka 50g (6,9,10,1psz), sałata masłowa 20g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), schab cygański 30g (6,10,1psz)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (1ow,7), 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,3,9), sos mięsny 150g (1psz), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa mielonka 50g (6,9,10,1psz), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: kefir naturalny 200g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (1ow,7), 450ml bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrzod: jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g, wiatr: kielbasa szynkowa 30g (6,9,10), pomidor 50g, herbata z cukrem II śn:(WRZOD): banan 170g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,3,9), sos mięsny 150g (1psz), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): mus warzywno – owocowy 100g Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz
---	---	---	---	--

				(1psz,9,4) 160g, herbata z cukrem Posilek nocny: kefir naturalny 200g (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 07.09.2026r

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]	2789	2522	2533	2662	2455,8/
Białko [g]	78,1	70,9	72,5	76,4	68,6/70,9
Tłuszcz [g]	91,2	89,8	93,6	96,1	89,8/89,9
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	1,9	1,9	3,9	3,9	1,8/1,9
Węglowodany ogółem [g]	448,7	397,2	399,5	423,7	384/397,8
Cukry [g]	40,3	38,9	0,7	0,9	26,8/38,4
Błonnik pokarmowy [g]	42	34	42,2	44,6	32,8/34
Sód [mg]	1,91	1,91	337,5	338	0,9/1,9

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Jadłospis na dzień 08.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml, chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7) Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz,9,1jęczm) 450ml, bitki wieprzowe w sosie 250g (1psz), ziemniaki 350g, surówka z warzyw mieszanych z majonezem (9) 120g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (1psz,6,9,7,10), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: skyr owocowy 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, jabłko 150g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7) Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz,9,1jęczm) 450ml, pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, selera i jabłka 150g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (1psz,6,9,7,10),, sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: skyr owocowy 150g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 70g (6,9), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz,9,1jęczm) 450ml pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, selera i jabłka 150g (9), herbata b/c 250 ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) polędwica drobiowa 50g (1psz,6,9,7,10),, sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9,10) 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, szynka konserwowa 30g (6,9), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, selera i jabłka 150g (9), herbata b/c 250mk Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (1psz,6,9,7,10), sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona (6,9,10) 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód wielokwiatowy 25g, jabłko 150g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7) Obiad: Koperkowa z makaronem (1psz,9,3) 450ml pulpet wieprzowy w sosie 150g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, selera i jabłka 150g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (1psz,6,9,7,10),
---	--	---	---	---

				sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: skyr owocowy 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 08.09.2026r

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]	2881	2340	2152	2235	2340/2340
Białko [g]	98,5	85,3	76,8	73,9	85,3/85,3
Tłuszcz [g]	93,9	68,3	74,2	73	68,3/68,3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	4,35	3,75	4,2	3,75	3,75/3,75
Węglowodany ogółem [g]	469	386,6	344,2	370,8	386,6/386,6
Cukry [g]	21,7	17,9	2	2,2	17,9/17,9
Błonnik pokarmowy [g]	39,8	28,9	38	38,9	28,9/29
Sód [mg]	241,5	213,2	870,1	170,5	213,1/213,1

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Jadłospis na dzień 09.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka (7,1psz,3) 450ml, Chleb pszenney35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g (7), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenney 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (9,6,10) Obiad: Zupa jarzynowa 450 ml (1psz,9), bigos z kapusty kiszzonej 350g (9), ziemniaki 350g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Chleb pszenney(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,5,1psz,10,3,7,8), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: mus owocowo – warzywny 100g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka (7,1psz,3) 450ml, Chleb pszenney(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenney 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (9,6,10) Obiad: Zupa jarzynowa 450 ml (1psz,9), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Chleb pszenney(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,5,1psz,10,3,7,8), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: mus owocowo –	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g (6,9,1psz,10), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450 ml (1psz,9), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g,herbata b/c 250 ml Kolacja:Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) schab cygański 50g (6,5,1psz,10,3,7,8), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g (10,6,9)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- zacierka (7,1psz,3) 450ml, Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450 ml (1psz,9), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata b/c 250 ml Kolacja: Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,5,1psz,10,3,7,8), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny:Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa szynkowa 30g (6,9,10)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka (7,1psz,3) 450ml, Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (9,6,10) Obiad: Zupa jarzynowa 450 ml (1psz,9), potrawka z szynki wieprzowej 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Bułki
---	---	---	--	---

	warzywny 100g			wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,5,1psz,10,3,7,8), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: mus owocowo – warzywny 100g
--	---------------	--	--	---

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 09.09.2026r

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]	2761	2263	2130	2280	2074/2263
Białko [g]	89,9	81,3	79,1	77,7	70,3/81,3
Tłuszcz [g]	99,6	75,7	73,7	75,9	68,2/75,7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	22,5	9,9	8,3	8,7	4,9/9,9
Węglowodany ogółem [g]	417,5	359,4	344,9	379,2	339,9/359,4
Cukry [g]	40,5	37,5	5,7	5,9	18/37,5

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Błonnik pokarmowy [g]	46,6	33,5	44,4	45,3	33,5/33,5
Sód [mg]	2963	845,7	914,8	925,2	788,1/845,7

Jadłospis na dzień 10.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana (7) 450ml, Chleb pszenny 35g (1psz), chleb żytni 25g (1ży), masło extra 83% 14,5g (7), twarożek 50g (7), papryka czerwona 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): deser mleczny z owocami 150g (7, 1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,3,7), kotlet schabowy 110g (1psz,3), ryż z warzywami 200g (9,7), surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), salceson 100g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana (7) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): deser mleczny z owocami 150g (7, 1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,3,7), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g, ryż z warzywami 200g (9), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g (3), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,3,7), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g, 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 (6,9), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7),	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana (7) 450ml Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,3,7), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g, 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 (6,9), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7),	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana (7) 450ml Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): deser mleczny z owocami 150g (7, 1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (9,1psz,3,7), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g, ryż z warzywami 200g (9), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250ml
---	---	---	---	---

(6,1psz), musztarda 30g (10), herbata z cukrem Posilek nocny: banan 170g	konserwowa 50g (6,9), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: banan 170g	szynka drobiowa 30g (6,9,1psz,7)	szynka drobiowa 30g (6,9,1psz,7)	Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 300ml (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 170g
--	--	----------------------------------	----------------------------------	--

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 10.09.2026r

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]	3316	2131	2133	2284	2131,2/2131
Białko [g]	94,1	71	74,2	79,4	71/71
Tłuszcz [g]	137,9	59,2	71,7	72,7	59,2/59
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	12,4	2,7	6,5	6,4	2,7/2,7
Węglowodany ogółem [g]	460,4	355,7	335	365	355,7/355
Cukry [g]	57,8	38,6	4,5	4,5	38,6/38

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Błonnik pokarmowy [g]	40,9	31,8	42	43,6	31,8/32
Sód [mg]	1579	279,1	370,1	370,6	279,2/279

Jadłospis na dzień 11.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml, chleb pszenney35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), sałata rukola 15g, herbata z cukrem II śniadanie (psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenney 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (12) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, makaron z serem i słoniną 350g (1psz,3,7), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenney(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 250g (4,9) herbata	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml chleb pszenney(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), sałata rukola 15g, herbata z cukrem II śniadanie (psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenney 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g (12) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, makaron z serem i masłem 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenney(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 250g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g (3), sałata rukola 15g,herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3,4), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) ryba parowana w sosie greckim 250g (4,9) herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), sałata rukola 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3,4), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenney(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 250g (4,9) herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7),	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (7,1psz) 450ml bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrzod: jajko gotowane 50g (3), sałata rukola 15g, wiatr: kiełbasa szynkowa 30g (6,9,10), sałata rukola 15g, herbata z cukrem II śniadanie (WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9,1psz,10) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, makaron z serem i masłem 350g, surówka z
--	--	--	---	--

z cukrem Posiłek nocny: wafelki śmietankowe 60g (1psz,3,7)	(4,9) herbata b/c Posiłek nocny: wafelki śmietankowe 60g (1psz,3,7)	(6,9,10,1psz,7)	południca drobiowa 30g (6,9,10,1psz,7)	kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ryba parowana w sosie greckim 250g (4,9) herbata z cukrem Posiłek nocny: wafelki śmietankowe 60g (1psz,3,7)
---	--	-----------------	---	--

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 11.09.2026r

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]	2803	2678	2319	2441	2407/2678
Białko [g]	78,3	78,2	85,7	88,5	77,2/78,2
Tłuszcz [g]	104	99,7	71,8	72,3	87,8/99,7
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	12,1	18,6	3,75	3,75	18,6/18,6

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Węglowodany ogółem [g]	411,8	387,2	369	395,9	347,2/387,2
Cukry [g]	36,2	47,3	8,8	8,9	29,3/47,3
Błonnik pokarmowy [g]	31,9	28,9	45,2	46	28,6/28,9
Sód [mg]	239	374,6	246,6	247	370,1/374,6

Jadłospis na dzień 12.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – ryż 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 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 Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz, 9,3), kiełbasa zwyczajna smażona 120g, ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 145g (1psz,7,9,6,12,8,10)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – ryż 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 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 Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz, 9,3), sos mięsny 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 145g (1psz,7,9,6,12,8,10) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny, chleb razowy, bułka grahamka, masło extra 83% 14,5g, szynka wędzona 70g (6,9), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz, 9,3), sos mięsny 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1żył), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,7,6,9) 50g, sałata lodowa	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – ryż 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1żył), bułka grahamka(1psz), masło extra 83% (7)14,5g, jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz, 9,3), sos mięsny 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z buraków i jabłek 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1żył), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,7,6,9) 50g, sałata lodowa	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOW A) Śniadanie: Zupa ml – ryż 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie (WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9) Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz, 9,3), sos mięsny 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z
---	---	--	---	---

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żyt), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,7,6,9) 50g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem 250ml Posilek nocny: nektarynka 150g	extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,7,6,9) 50g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: nektarynka 150g	20g, herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), szynka wędzona 30g (6,9,10)	20g, herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9,10)	buraków i jabłek 150g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (WRZOD): galaretka owocowa 145g (1psz,7,9,6,12,8,10) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (1psz,7,6,9) 50g, sałata lodowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: nektarynka 150g
--	--	---	--	--

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 12.09.2026r

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]	2795	2308	2425	2462	2308/2308
Białko [g]	80	62,3	78,4	74,8	62,2/62,2
Tłuszcz [g]	92,5	81,1	79,5	71,5	81/81,1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	3,75	3,75	3,75	3,75	3,75/3,75

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Węglowodany ogółem [g]	443	367	398	429,7	367/367,3
Cukry [g]	2,9	2,2	0,7	0,85	2,2/2,2
Błonnik pokarmowy [g]	40,3	29,3	42,2	42,9	29,3/29,3
Sód [mg]	200,3	0,3	157,5	157,8	0,3/0,3

Jadłospis na dzień 13.09.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (10,9,7), musztarda 30g (10), herbata z cukrem II śniadanie (psych, lecz uzal, dziec): serek homogenizowany 150g (7) Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml (1psz,9), filet drobiowy panierowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z warzyw mieszanych z majonezem 120g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (10,9,7), herbata z cukrem II śniadanie (psych, lecz uzal, dziec): serek homogenizowany 150g (7) Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml (1psz,9), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz),	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 100g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml (1psz,9), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3),chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml (1psz,9), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz),	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 30g (9,6,10), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie (WRZOD): serek homogenizowany 150g (7) Obiad: Pomidorowa z ryżem 450ml (1psz,9), pulpet drobiowo –
--	--	---	--	--

50g (1psz,7,6,8,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasztetowa 70g, ogórek zielony 50g herbata z cukrem Posilek nocny: bułka mleczna 40g (1psz,3,7)	bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: bułka mleczna 40g (1psz,3,7)	grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g,(7) szynka konserwowa 50g (6,9), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g (1psz,6,10,9)	chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), pomidor 50g, , herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g (1psz,6,10,9)	wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (6,9), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: bułka mleczna 40g (1psz,3,7)
--	---	---	--	--

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 13.09.2026r

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]	3131	2464	2305	2291	2464/2464
Białko [g]	96,6	76,5	77,5	77,3	76,5/76,5
Tłuszcz [g]	131,3	95,6	89,8	74,9	95,6/95,7

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 04.09.2026r

Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14,6	15,8	4,9	4,9	15,8/15,8
Węglowodany ogółem [g]	419,8	347,5	339	364,1	347,5/347,5
Cukry [g]	55,3	54,3	10,5	11,7	54,3/54,3
Błonnik pokarmowy [g]	33,5	23,7	36,8	37,9	23,7/23,7
Sód [mg]	484	338,5	196,6	204,5	338,5/338,5

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczycę, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

b/c – bez cukru

Legenda alergenów w nawiasach ():

1. Zboża zawierające gluten:

1psz – zboża zawierające gluten pszenne,

1żyt – zboża zawierające gluten żytni

1ow – zboża zawierające gluten owsiany

1jęcz – zboża zawierające gluten jęczmienny

2. Skorupiaki i produkty pochodne.

3. Jaja i produkty pochodne.

4. Ryby i produkty pochodne.

5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne.

6. *Soja i produkty pochodne.*
7. *Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą).*
8. *Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca.*
9. *Seler i produkty pochodne.*
10. *Gorczyca i produkty pochodne.*
11. *Nasiona sezamu i produkty pochodne.*
12. *Dwutlenek siarki i siarczyny.*
13. *Łubin i produkty pochodne.*
14. *Mięczaki i produkty pochodne.*