

Jadłospis na dzień 16.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,9,7,3), kotlet mielony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata ze śmietaną 40g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): skyr owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,9,7,3), pulpet wieprzowy pieczony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z jogurtem 40g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): skyr owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6) (1psz,9,6,10,7), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)	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 (6,9,10,1psz), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,9,7,3), pulpet wieprzowy pieczony 100g *1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z jogurtem 40g (7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g (1psz,9,10,6)	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, jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,9,7,3), pulpet wieprzowy pieczony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z jogurtem 40g (7), herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g (1psz,9,10,6)	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), jogurt naturalny 150g 1,5%tł (7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (6,9,10) Obiad: Żurek z jajkiem i kielbasą 450ml (1psz,9,7,3), pulpet wieprzowy pieczony 100g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z jogurtem 40g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): skyr owocowy 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)
---	---	--	---	---

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 16.07.2026r

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]	3222	2847,8	2312,64	2302,46	2847,8/2847,8
Białko [g]	108	100	77	78	100/100
Tłuszcz [g]	117	112	95,56	80,8	112/112
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14,3	18,16	13,21	13,21	18,16/18
Węglowodany ogółem [g]	465,5	399,5	336,5	367,14	399,5/399,5
Cukry [g]	22,9	23,25	3,8	3,95	23,35/23,35
Błonnik pokarmowy [g]	37,7	27,6	39,18	39,9	27,6/27,6
Sód [mg]	428,3	540	440,82	441	540/540

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 17.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (1psz,7) 450ml, chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,7,9) 450ml, ryż z truskawkami i bitą śmietaną (7) 390g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 140g (1psz,9,6,7,10,8,12) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: nektarynka 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (1psz,7) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,7,9) 450ml, ryż z truskawkami i bitą śmietaną (7) 390g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 140g (1psz,9,6,7,10,8,12) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: nektarynka 150g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,7,9) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3,4), 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) twarożek100g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (1psz,7) 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,7,9) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3,4), 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), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza manna (1psz,7) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrzod: jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g, wiatr: szynka wedzona 30g (6,9,1psz,10), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3) Obiad: Barszcz czerwony (1psz,7,9) 450ml, ryż z truskawkami i bitą śmietaną (7) 390g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 140g (1psz,9,6,7,10,8,12) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 100g (7), pomidor 50g, 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 17.07.2026r

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]	2513,2	2253,8	2284,9	2406	2239,3/2248,9
Białko [g]	60,8	55,3	80,79	83,5	54,8/55
Tłuszcz [g]	90,3	91.16	74	74,4	91,1/91,1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28,25	28,25	12,43	12,43	28,25/28,25
Węglowodany ogółem [g]	385,3	315	362,96	389,8	311,65/313,83
Cukry [g]	11,48	11,48	8,8	8,9	9,45/11,48
Blonnik pokarmowy [g]	33	22,67	43,37	44,24	22,29/22,31
Sód [mg]	650,5	650,5	746,65	747	650,5/650,5

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 18.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz,6,9,10) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz, 9), makaron z sosem bolońskim 350g (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (6,9,10,1psz,7), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 100g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz),chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, banan 70g,herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz,6,9,10) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz, 9), makaron z sosem bolońskim 350g (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (6,9,10,1psz,7),, sałata rukola 15g herbata b/c Posilek nocny: serek homogenizowany 100g (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 (6,9,10), banan 70g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz, 9), ziemniaki 350g, sos boloński 150g (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) polędwica drobiowa 50g (6,9,10,1psz,7),, sałata rukola 15g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, kielbasa szynkowa 30g (6,9,10), banan 70g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz, 9), ziemniaki 350g, sos boloński 150g (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (6,9,10,1psz,7), sałata rukola 15g herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml, (7, 1jęcz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9) Obiad: Krupnik ryżowy 450ml (1psz, 9), makaron z sosem bolońskim 350g (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie (1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g (6,9,10,1psz,7),, sałata rukola 15g herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 100g (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 18.07.2026r

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]	3099	2835,94	2450,3	2450,3	2766,04/2835,94
Białko [g]	73,15	67,5	67,18	67,18	67,17/67,25
Tłuszcz [g]	113,84	114,68	98,3	98,3	114,60/114,68
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	12	2,13	3,75	3,75	12/12
Węglowodany ogółem [g]	484,39	413,42	364,66	364,66	396,38/413,42
Cukry [g]	62,48	62,48	1,23	1,23	44,48/62,48
Błonnik pokarmowy [g]	35	25,3	36,82	36,82	24,99/25,3
Sód [mg]	318,82	318,82	158,55	158,55	314,32/318,82

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 19.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 60g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,7,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owoocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,10,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: kefir naturalny 200g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 60g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,7,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owoocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,10,1psz), pomidor 50g, 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), parówka cienka 120g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,7,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), 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 wędzona 50g (6,9,10,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), schab cygański 30g	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 60g (10,9,7), ketchup 30g (9), herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,7,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), 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 wędzona 50g (6,9,10,1psz), pomidor 50g, 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- makaron 450ml (7,1psz,3), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 30g (9,6), ketchup 30g (9), herbata z cukrem II śn:(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,3,7,9), kurczak pieczony porcja 250g (7), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jogurt owoocowy 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 50g (6,9,10,1psz), pomidor 50g,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 19.07.2026r

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]	3327,24	2195,18	2852	2790,33	2767,3/2632,63
Białko [g]	115,58	109,20	110,2	111,08	119,07/104,87
Tłuszcz [g]	121,41	106,35	115,91	96	89,67/85,92
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	8,65	6,55	4,75	2,8	6,55/6,55
Węglowodany ogółem [g]	480,76	407,99	381,36	408,15	408,14/387,14
Cukry [g]	46,98	35,75	6,7	17	35,75/35,75
Błonnik pokarmowy [g]	42,26	31,61	43,22	42,28	31,61/31,61
Sód [mg]	858,98	613,48	558,28	408,98	613,48/613,48

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 20.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana (7) 450ml, chleb pszenny 35g(1ps), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Zupa brokułowa 450 ml (1ps,7,9), fasolka po bretońsku 350g (1ps), chleb zwykły 120g (1ps), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 150g Kolacja: Chleb pszenny(1ps), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy ze szczypiorkiem 80g (3,7), herbata z cukrem Posilek nocny: banan 170g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana (7) 450ml, bułki wrocławskie(1ps), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Zupa brokułowa 450 ml (1ps,7,9), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g (1ps,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 150g Kolacja: Chleb pszenny(1ps), bułki wrocławskie(1ps) masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy z koperkiem 80g, herbata b/c Posilek nocny: banan 170g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1ps), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 70g (1ps,6,7), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa brokułowa 450 ml (1ps,7,9), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g (1ps,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250 ml Kolacja: Chleb pszenny(1ps), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) pasta z jaj i kielbasy z koperkiem 80g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka (10,1ps) 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana (7) 450ml, chleb pszenny(1ps), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ps), masło extra 83%(7) 14,5g, twaróg 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa brokułowa 450 ml (1ps,7,9), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g (1ps,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata b/c 250mk Kolacja: Chleb pszenny(1ps), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy z koperkiem 80g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka (1ps,10) 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana (7) 450ml bułki wrocławskie(1ps), masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Zupa brokułowa 450 ml (1ps,7,9), schab wieprzowy gotowany w sosie własnym 110g (1ps,9), ziemniaki 350g, surówka z selera i jabłka 210g (9), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 150g Kolacja: Chleb pszenny(1ps), bułki wrocławskie(1ps) masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (6,9,10), pomidor 50g, herbata b/c 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 20.07.2026r

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]	3168,72	2572,24	2638	2685,42	2572,47/2503,47
Białko [g]	95,66	77,16	85,19	86,25	77,16/76,65
Tłuszcz [g]	105,2	85,26	90,5	90,36	85,26/84,66
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	12,85	4	7,93	7,93	4/4
Węglowodany ogółem [g]	519,2	409,6	413,92	424,78	409,6/391,45
Cukry [g]	26,14	21,24	5,14	5,14	21,24/21,24
Błonnik pokarmowy [g]	58,43	31,9	47,91	47,91	31,9/36,1
Sód [mg]	913,6	84,86	422,36	422,36	84,86/84,86

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 21.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane(7, 1ow) 450ml, Chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pomidor 50g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jecz, 9) 450 ml, filet drobiowy w sosie chrzanowym 100g (1psz,7), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń 300ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,9), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane(7, 1ow) 450ml, Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pomidor 50g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jecz, 9) 450 ml, pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń 300ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,9), sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny:deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 70g (1psz,6,9,10,7), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jecz, 9) 450 ml, pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250 ml Kolacja:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) schab cygański 50g (6,9), sałata rukola 15g, 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- płatki owsiane(7, 1ow) 450ml, Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jecz, 9) 450 ml, pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250 ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,9), sałata rukola 15g, 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- płatki owsiane(7, 1ow) 450ml, Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, jabłko 150g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), tpomidor 50g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jecz, 9) 450 ml, pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń 300ml (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,9), sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)
--	--	---	--	---

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 21.07.2026r

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]	2588,66	2175,38	2005,2	2108,43	2175,38/2175,38
Białko [g]	81,87	64,19	81,75	76,73	64,19/64
Tłuszcz [g]	71,68	64,39	60,81	64,68	64,39/64
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,35	6,47	6,83	6,47	6,47/6,7
Węglowodany ogółem [g]	438,87	362,41	317,74	342,14	362,41/362,41
Cukry [g]	20,79	21,02	3,07	2,96	21/21
Błonnik pokarmowy [g]	38,79	26,8	34,35	36,77	26,8/26,8
Sód [mg]	479,7	501,7	812,5	393,2	501,7/501,7

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 22.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – zacierka (1psz,7,3) 450ml, Chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 30g (7), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz,10,6) Obiad: Bulion z ryżem 450ml (9), bigos z młodej kapusty 350g (1psz) ziemniaki 350g, kompot 250ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 145g (1psz,6,9,8,12,10,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 100g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml –zacierka (1psz,7,3) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (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,10,6) Obiad: Bulion z ryżem 450ml (9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot 250ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 145g (1psz,6,9,8,12,10,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 100g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 70g (1psz,9,10,6), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Bulion z ryżem 450ml (9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9) ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – zacierka (1psz,7,3) 450ml Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twarożek 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Bulion z ryżem 450ml (9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9) ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kiełbasa mielonka 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – zacierka (1psz,7,3) 450ml 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), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7) Obiad: Bulion z ryżem 450ml (9), potrawka z kurczaka 150g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, kompot 250ml Podwieczorek (dziec): galaretką owocową 145g (1psz,6,9,8,12,10,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g (9,6), warzywa pieczone 120g (9), herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 100g (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 22.07.2026r

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]	2809,7	2346,36	2343,17	2440	2252,79/2346,36
Białko [g]	81,8	77,47	76,69	79,77	80,25/77,45
Tłuszcz [g]	116,35	92,1	90,81	87,88	81,81/92,1
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	11,6	8,58	8,36	2,76	2,76/2,76
Węglowodany ogółem [g]	399,61	342,62	357,37	385,44	339,46/342,62
Cukry [g]	10,41	9,05	6,8	6,97	7,03/9,05
Błonnik pokarmowy [g]	44,71	29,84	41,91	42,82	29,76/29,84
Sód [mg]	620,13	427,67	374,82	385,17	427,67/427,76

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 23.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, nekarynka 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Jarzynowa (1psz,9,7) 450ml, klopsik wieprzowy w sosie 250g (1psz,3), ziemniaki 350g, surówka z warzyw mieszanych z majonezem 150g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): deser mleczny z owocami 150g (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), salceson 100g (1psz,10), musztarda 30g (10), herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml, , chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, nekarynka 150g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g (6,9,10,1psz) Obiad: Jarzynowa (1psz,9,7) 450ml, potrawka z szynki wieprzowej 150g (9,1psz), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): deser mleczny z owocami 150g (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g (1psz,9,10,6), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Jarzynowa (1psz,9,7) 450ml, potrawka z szynki wieprzowej 150g (9,1psz), 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 wieprzowa 50g (1psz,9,10,6), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml, , chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, schab cygański 30g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Jarzynowa (1psz,9,7) 450ml, potrawka z szynki wieprzowej 150g (9,1psz),, 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 wieprzowa 50g (1psz,9,10,6), sałata masłowa 20g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g (6,9)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml, , bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, nekarynka 150g,herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (6,9,10) Obiad: Jarzynowa (1psz,9,7) 450ml, potrawka z szynki wieprzowej 150g (9,1psz), ziemniaki 350g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): deser mleczny z owocami 150g (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica wieprzowa 50g (1psz,9,10,6), sałata masłowa 20g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)
--	--	--	--	---

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 23.07.2026r

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]	3527,72	2628,69	2185,18	2481	2592,59/
Białko [g]	106,5	80,44	77,2	88,88	81,57/86,52
Tłuszcz [g]	133,06	90,80	79,58	85,1	84,41/88,16
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14,38	9,56	9,56	9,74	7,61/7,61
Węglowodany ogółem [g]	529,08	413,4	344	394,64	417,45/439,95
Cukry [g]	48,41	23,71	5,67	5,67	22,52/40,52
Błonnik pokarmowy [g]	41,08	31,88	41,9	42,76	32,17/32,17
Sód [mg]	1758,85	635,99	588,99	768,69	633,59/699,59

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 24.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – kasza manna 450ml (7,1psz), chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), sałata rukola 15g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką (9,1psz) 450ml, kotlet rybny 100g (3,4,1psz), ziemniaki 350g, mizeria 150g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): kisiel 300ml (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), rzodkiewka 50g, herbata z cukrem 250ml Posilek nocny: banan 170g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – kasza manna 450ml (7,1psz) bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), sałata rukola 15g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką (9,1psz) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): kisiel 300ml (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 170g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny, chleb razowy, bułka grahamka, masło extra 83% 14,5g, kielbasa szynkowa 70g (10,6,9), sałata rukola 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką (9,1psz) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3), 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), twarożek 100g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), kielbasa szynkowa (6,9,10) 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – kasza manna 450ml (7,1psz) chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83% (7)14,5g, jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), sałata rukola 15g herbata b/c II śniadanie:jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką (9,1psz) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3), 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), twarożek 100g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7) kielbasa szynkowa (6,9,10) 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – kasza manna 450ml (7,1psz) bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 1,5%tł 150g (7), sałata rukola 15g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką (9,1psz) 450ml, pulpet rybny 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), herbata z cukrem 300ml Podwieczorek (WRZOD): kisiel 250ml (1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 100g (7), 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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 24.07.2026r

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]	2582,84	2417	2383,97	2392	2348,64/2417,24
Białko [g]	78,15	72,56	81,9	83,68	72,44/72,56
Tłuszcz [g]	72,24	68,69	85,7	71,25	68,67/68,69
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	17,61	12,25	12,43	12,43	12,25/12,25
Węglowodany ogółem [g]	437,57	407,67	359,2	362,98	390,89/407,67
Cukry [g]	46,26	43,75	8,8	8,9	43,75/43,75
Błonnik pokarmowy [g]	37,49	35,08	43,22	44,1	35/35,08
Sód [mg]	720,24	614	746,65	747	614/614

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r

Jadłospis na dzień 25.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g (7) Obiad: Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), makaron z serem i słonina 310g (7,1psz,3), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,1psz,7), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: mus warzywno owocowy	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), ser salami 30g (7) Obiad: Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec):jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: mus warzywno owocowy	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 (1psz,10) sałata roszponka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), schab gotowany w sosie własnym 110g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g	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, jajko gotowane 50g (3), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), schab gotowany w sosie własnym 110g (1psz,9), ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica wieprzowa 30g	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), sałata roszponka 15g,herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), twarożek 50g (7) Obiad: Barszcz czerwony 450ml (1psz,9,7), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z selera i jabłka 210g (9), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: mus warzywno owocowy
---	--	--	---	---

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: 16.07.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 25.07.2026r

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]	2560,41	2296,77	1970	2110	2187/2260
Białko [g]	70,48	64,9	52,39	56,22	64,1/66
Tłuszcz [g]	93,03	93,84	75,06	75,58	86,99/87,45
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	5,8	5,8	5,7	5,7	3,85/3,85
Węglowodany ogółem [g]	400,5	329,93	298,72	329	315,63/333,98
Cukry [g]	18,87	18,87	5,52	6,72	17,67/17,65
Błonnik pokarmowy [g]	37,32	27,81	33,73	34,85	25,1/28,1
Sód [mg]	227,71	227,71	176,2	184,2	225,31/225,31

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 16.07.2026r