

Jadłospis na dzień 26.06.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), ser topiony 30g, sałata roszponka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną (7,12), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1żył), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) herbata z cukrem Posilek nocny: deser mleczny z owocami 150g (1psz,7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata roszponka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,7,9), ryż z jabłkami i bitą śmietaną (7,12), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) 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), szynka konserwowa 70g, sałata roszponka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,4), 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), paprykarz (4,9), herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (6,9,10,1psz,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, twarożek 50g (7), sałata roszponka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), pulpet rybny pieczony 80g (3,1psz,4), 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), paprykarz (4,9) herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), polędwica drobiowa 30g (6,9,10,1psz,7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata roszponka 15g herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jabłko 150g Obiad: Zupa jarzynowa 450ml (1psz,9,7), ryż z jabłkami i bitą śmietaną (7,12), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe 60g (1psz,3,7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), paprykarz (4,9) , 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 26.06.2026r

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]	2818	2535	2358	2364	2231/2535
Białko [g]	68	67	93	91	65/67
Tłuszcz [g]	100	95	65	63	75/95
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	28	28	3,75	3,75	19,75/28
Węglowodany ogółem [g]	442	374	385	391	346/374
Cukry [g]	40	39	4	4	22,5/39
Błonnik pokarmowy [g]	36	26	44	44	26/26
Sód [mg]	658	658	474	474	624/658

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 27.06.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- makaron (1psz,3,7) 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): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi, jabłka i chrzanu z majonezem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniiki 50g (1psz,3,7,6,8)/wafle krówkowe 60g(1psz,3,7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- makaron (1psz,3,7) 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): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, herbata b/c Posilek nocny: herbatniiki 50g (1psz,3,7,6,8)/wafle krówkowe 60g(1psz,3,7)	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: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz, 10,7) Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), 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) schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, 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- makaron (1psz,3,7)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: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g (1psz,10,7) Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), 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), schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, (1psz),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- makaron (1psz,3,7) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrz: jajko gotowane 50g (3) pomidor 50g watr: kielbasa szynkowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Koperkowa z ryżem 450ml (1psz,9), sos mięsny 150g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g (1jęcz), surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): serek homogenizowany 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g (6,10,9), sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniiki 50g (1psz,3,7,6,8)/wafle krówkowe 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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 27.06.2026r

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]	2857	2190	2067	2206	2180/2373
Białko [g]	78	65	65,5	69	57,5/69,8
Tłuszcz [g]	100	80	73	73	77/84
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,03	11,65	6,7	6,7	6,7/11,65
Węglowodany ogółem [g]	457	327	335	365	344/363
Cukry [g]	52	40	3	4,2	22/41,74
Błonnik pokarmowy [g]	40	17	40	41	21,9/21,9
Sód [mg]	729	471	372	380	427/484

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 28.06.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,7,3,9), filet drobiowy panierowany 110g (1psz,3), ziemniaki 350g, mizeria 150g (7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż 450ml, (7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec):jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) 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: jabłko 150g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 100g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, 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), pasztet mazowiecki 30g	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, parówka cienka 50g (10,9,7), ketchup 30g (9) herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, 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), pasztet mazowiecki 30g	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), szynka wędzona 30g (6,9,1psz,10) ketchup 30g (9) herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,9,7), pulpet drobiowo – wieprzowy 80g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Bułki wrocławskie (1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka drobiowa 50g (6,7,1psz), pomidor 50g,, herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 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 28.06.2026r

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]	2697	2082	2340	2306	1909/2082
Białko [g]	80	65	74	73	64/65
Tłuszcz [g]	95	68	98	83	57/68
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,05	0,1	0,1	0,1	0,1/0,1
Węglowodany ogółem [g]	406	325	323	350	307/325
Cukry [g]	12	11,7	12,2	12,4	11,7/11,7
Błonnik pokarmowy [g]	30	22,2	33,8	334	22/22
Sód [mg]	33,7	55,3	212	212	55,3/55,3

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 29.06.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł, ogórek zielony 50g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1psz,7,6) Obiad: Zupa szczawiowa z jajkiem 450 ml (9,1psz,3,7), makaron z serem i słoniną 310g (1psz,3,7), surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 200g(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł, sałata roszponka 15g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1psz,7,6) Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 200g(1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: banan 140g	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, sałata roszponka 15g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 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) schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml-kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, jogurt naturalny 150g 1,5%tł, sałata roszponka 15g,, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), potrawka z szynki wieprzowej 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), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka konserwowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- kasza jęczmienna 450ml (1jecz, 7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), jogurt naturalny 150g 1,5%tł, sałata roszponka 15g,, herbata z cukrem II śn:(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g (1psz,7,6) Obiad: Zupa kalafiorowa 450 ml (9,7,1psz), makaron z serem i masłem 310g (1psz,3,7), surówka z sałaty lodowej i marchwi z olejem 150g, herbata z/c 250 ml Podwieczorek (dziec): galaretki owocowa 200g(1psz) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: banan 140g
--	---	---	---	---

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 29.06.2026r

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]	2521	2272	2437	2438	2263/2272
Białko [g]	73	73	83	84	66/66,9
Tłuszcz [g]	76	81	108	94,7	81/81
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	13,9	0,05	4,75	4,75	4,9/4,9
Węglowodany ogółem [g]	413	337	311	344	335/337
Cukry [g]	25,55	22	3,2	3,7	20/22,1
Błonnik pokarmowy [g]	36	36	37	39,4	26,5/26
Sód [mg]	675	608	388	389	608/608

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 30.06.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml, chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), marmolada 30g, banan 70g, 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 450 ml (1psz,7,9,3), gulasz z szynki wieprzowej 250g (1psz,9), kasza jęczmienna 180g, mizeria 150g (7), herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- ryż (7) 450ml , 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 Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: serek homogenizowany 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 wędzona 70g pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), schab cygański 50g, pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka (10,1psz) 30g	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, parówka cienka 55g(1psz,10), szynka wędzona 30g, pomidor 50g , herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, 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), ser salami 50g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka (1psz,10) 30g	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), miód 25g, banan 70g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450 ml (1psz,7,9,3), potrawka z szynki wieprzowej 150g, kasza jęczmienna 180g, surówka z marchwi i jabłka 150g, herbata z cukrem 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), twaróg 100g (7), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)
--	--	---	--	--

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 30.06.2026r

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]	3211	2866	2394	2821	2801/
Białko [g]	88	78	83	97	77/78
Tłuszcz [g]	117	113	81	103	112/113
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	19,15	14,25	9,65	17,8	0,06/14,25
Węglowodany ogółem [g]	488	432	379	428	415/432
Cukry [g]	57	58	4	3,6	40/58
Błonnik pokarmowy [g]	41	34,5	40	40,9	31/34
Sód [mg]	592	324	640	540	320/324

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 01.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (7, 1ow) 450ml, Chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, makaron z sosem bolońskim (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): kisiel 200ml (1psz) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 150g	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- płatki owsiane (7, 1ow) 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): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, makaron z sosem bolońskim (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec):jabłko pieczone 100g Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9),herbata b/c Posilek nocny: jabłko 150g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie:Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), jajko gotowane 100g, pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, sos boloński 150g (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) polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9),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- płatki owsiane (7, 1ow) 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: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, sos boloński 150g (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), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9), 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- płatki owsiane (7, 1ow) 450ml, Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), (WRZOD): jajko gotowane 50g (3), pomidor 50g (WĄTR): polędwica wieprzowa 30g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Krupnik jęczmienny (1psz, 1jęcz, 9) 450 ml, makaron z sosem bolońskim (1psz,3,9), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g,, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): jabłko pieczone 100g Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 50g(1psz,10,6,9), warzywa pieczone 120g(9), herbata z cukrem Posilek nocny: jabłko 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 01.07.2026r

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]	2795	2460	2231	2360	2291/2460
Białko [g]	72	66,8	70,9	74,8	64/66,8
Tłuszcz [g]	94	85,6	77,8	80	75/85,6
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,05	7,05	3,75	3,75	7,05/7,05
Węglowodany ogółem [g]	460	399	365	389	382/399
Cukry [g]	27	27,7	2	2,3	27,3/27,3
Błonnik pokarmowy [g]	43	36	45	47	35,9/36
Sód [mg]	274	274	170	170,8	274/274

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 02.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml, Chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (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: Owocowa z makaronem 450ml (1psz, 7), kotlet schabowy 110g (1psz,3), ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe (1psz,7,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50g, rzodkiewka 50g herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), ser salami 30g (7), pomidor 50g, 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: Owocowa z makaronem 450ml (1psz, 7), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, kompot 250ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe (1psz,7,3) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka wędzona 70g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z pomidorami i makaronem 450ml (1psz, 7,3,9), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7) szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g,, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), kielbasa mielonka 30g	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, ser salami 30g (7), pomidor 50g, pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z pomidorami i makaronem 450ml (1psz, 7,3,9), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – kasza manna (1psz,7) 450ml Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g, pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), kielbasa szynkowa 30g (6,9,10) Obiad: Owocowa z makaronem 450ml (1psz, 7), schab gotowany 110g, ziemniaki 350g, sałata z olejem 40g, herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): wafle krówkowe (1psz,7,3) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), szynka konserwowa 50, sałata rukola 15g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt naturalny 1,5%tł 150g(7)
--	---	---	---	---

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 02.07.2026r

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]	3181	2644	2282	2399	2313/2644
Białko [g]	85	76	84	85	74/76
Tłuszcz [g]	134	111	89	90	86/111
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	14,95	16,6	0,07	0,07	8,2/16,6
Węglowodany ogółem [g]	435	353	316	342	327/353
Cukry [g]	45,5	46,5	6,5	6,6	29/46
Błonnik pokarmowy [g]	32,5	23	33	34,7	22/23
Sód [mg]	255	317	243	243	283/317

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 03.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny35g(1psz), chleb żytni25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, banan70g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pomidor 30g Obiad: Grochówka (1psz,9) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj ze szczypiorkiem (3, 10), ogórek zielony 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: herbatniki 50g (1psz,7,6,8,3)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), dżem owocowy 25g, banan70g,herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), marmolada 30g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): budyń śmietankowy 350ml (1psz,7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj z koperkiem (3,7), sałata roszponka 15g, 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), kielbasa synkowa 70g (10,6,9), pomidor 50g herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, 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) pasta z jaj z koperkiem (3,7) sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83%(7) 14,5g, kielbasa synkowa 30g (10,6,9), pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, 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), pasta z jaj z koperkiem (3,7), sałata roszponka 15g, herbata b/c Posilek nocny: Chleb razowy 30g(1ży), masło extra 83% 7g(7), szynka drobiowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml- zacierka (1psz,3,7) 450ml, bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), miód 25g, banan70g,, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pomidor 30g Obiad: Barszcz czerwony (1psz,9,7) 450ml, pulpet rybny pieczony (1psz,4,3) 80g, ziemniaki 350g, 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), pasta z jaj z koperkiem (3,7) sałata roszponka 15g, 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 03.07.2026r

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]	3463	2546	2468	2535	2485/2546
Białko [g]	89	70,6	80,5	78,8	65,5/70,6
Tłuszcz [g]	102	74,3	94	76,5	70/74,3
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	7,9	4	3,75	4	4/4
Węglowodany ogółem [g]	586	422	354	417,5	423/422
Cukry [g]	30	36,3	8,8	36,3	36,3/36,3
Błonnik pokarmowy [g]	51,5	31,9	39,6	43,6	32,5/31,9
Sód [mg]	225	299,5	246	257	299,5/299,5

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 04.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55g, ketchup 30g herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), ryż z truskawkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy ze szczypiorkiem i majonezem(3,1psz,10,)herbata z cukrem 250ml Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), parówka cienka 55g, ketchup 30g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): chleb pszenny 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), ryż z truskawkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (dziec): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7),pasta z jaj i kielbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,) herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Z INSULINĄ Śniadanie: Chleb pszenny, chleb razowy, bułka grahamka, masło extra 83% 14,5g, parówka cienka 110g, ketchup 30g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), schab gotowany w sosie potrawkowym 110g 91psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z pomidorów z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,) herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7), kielbasa szynkowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1psz), masło extra 83% (7)14,5g, parówka cienka 55g, ketchup 30g, herbata b/c II śniadanie:jabłko 150g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9), schab gotowany w sosie potrawkowym 110g 91psz,9), ziemniaki 350g, sałatka z pomidorów z olejem 150g, herbata b/c 250ml Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb razowy(1ży), bułka grahamka(1ow), masło extra 83% 14,5g(7), pasta z jaj i kielbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,)herbata b/c Posilek nocny: chleb żytni 30g(1ży), masło extra 83% tł 7g(7) kielbasa szynkowa 30g	DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA), DIETA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO(WRZODOWA) Śniadanie: Zupa ml – kasza jaglana 450ml (7), bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), polędwica drobiowa 30g (1psz,6,9,10,7), pomidor 50g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): Bułka wrocławska 30g(1psz), masło extra 83% 7g(7), pasztet mazowiecki 30g Obiad: Pomidorowa z makaronem 450ml (1psz,3,7,9),ryż z truskawkami i bitą śmietaną 350g (7), herbata z cukrem 250ml Podwieczorek (WRZOD): jogurt owocowy 150g (7) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), wrzod:pasta z jaj i kielbasy z koperkiem i jogurtem (3,1psz,7,)/ wątr: kielbasa szynkowa 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: serek homogenizowany 150g (7)
--	--	---	---	---

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

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywnienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Wykaz parametrów w poszczególnych dietach na dzień 04.07.2026r

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]	2631	2340	2457	2320	2196/2061
Białko [g]	58,4	52	73	69	54,9/50,7
Tłuszcz [g]	103,3	104	109,6	94	87/83,4
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	19,75	19,75	5,85	5,85	19,9/19,9
Węglowodany ogółem [g]	384	309	326	330	308/287
Cukry [g]	11,95	11,95	17	17	11,95/11,95
Błonnik pokarmowy [g]	29	19,45	34,3	34	19,4/19,4
Sód [mg]	265	265	639	639	445/445

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r

Jadłospis na dzień 05.07.2026r

DIETA PODSTAWOWA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), chleb pszenny 35g(1psz), chleb żytni 25g(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(psych, lecz uzal, dziec): jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), kotlet mielony wieprzowy 100g (11psz,3), ziemniaki 350g, surówka z warzyw mieszanych z olejem 120g, kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8,6) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), chleb żytni(1ży), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa krakowska 50g (10,6,9), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (7)	DIETA LEKKOSTRAWNA Śniadanie: Zupa ml – makaron 450ml (7,1psz,3), 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): jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 80g(1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8,6) Kolacja: Chleb pszenny(1psz), bułki wrocławskie(1psz) masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), pomidor 50g, herbata b/c Posilek nocny: jogurt 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), kielbasa mielonka 70g(1psz,10) pomidor 50g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 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) kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), 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, twarożek 50g (7), sałata lodowa 20g, herbata b/c II śniadanie: jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 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), kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), 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 lodowa 20g, herbata z cukrem II śniadanie(WRZOD): jabłko 150g Obiad: Ziemniaczana z zacierką 450ml (1psz,9,3), pulpet wp pieczony 80g(1psz,3), ziemniaki 350g, marchewka oprószana 150g (1psz,7), kompot 250 ml Podwieczorek (dziec): herbatniki 50g (1psz,3,7,8,6) Kolacja: Bułki wrocławskie(1psz), masło extra 83% 14,5g(7), kielbasa szynkowa 50g (10,9,6), pomidor 50g, herbata z cukrem Posilek nocny: jogurt owocowy 150g (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 05.07.2026r

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]	2938	2460	2341	2459	2242/2460
Białko [g]	83,7	76	80	83	72/76
Tłuszcz [g]	88	71,9	72	71,9	66,4/71
Kwasy tłuszczowe nasycone [g]	0,6	3,85	8,2	7,8	3,86/3,86
Węglowodany ogółem [g]	484	420	398	424	382/420
Cukry [g]	5,04	1,65	1,15	2,3	1,65/1,65
Błonnik pokarmowy [g]	41,8	33	43	44,8	32/33
Sód [mg]	36,4	120	1149	457	120/120

Sporządziła: mgr Klaudia Rybak, dietetyk, Dział Żywienia SP ZOZ Parczew Sporządzono dnia: 26.06.2026r