

JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posiłek	PODSTAWOWA (D01)	LATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLEC ZNA (D02/M)
<b>07.06.2026 niedziela</b>						
ŚNIADANIE	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) Salata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Płatki jęczmieńne na mleku 400ml (GLU JĘC, MLE) Herbata 300ml Banan 1 szt.	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) Salata 10g Pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g (MLE) Płatki jęczmieńne na mleku 400ml (GLU JĘC, MLE) Herbata 300ml Banan 1 szt.	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) Salata 10g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmieńnymi (GLU JĘC MLE) 400 ml Herbata b/c 300 ml Kiwi 1 szt. II ŚN chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Poledwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) Salata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmieńnymi (GLU JĘC MLE) 400 ml Herbata 300ml Banan 1szt.	Poledwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) Salata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmieńnymi (GLU JĘC MLE) 400 ml Herbata 300ml Banan 1szt.	Poledwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) Salata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami jęczmieńnymi (GLU JĘC MLE) 400 ml Herbata 300ml Banan 1szt.
OBIAD	Rosół z makaronem(GLU JAJ SEL) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Salata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 70g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Kompot 300ml	Rosół z makaronem (GLU JAJ SEL) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Salata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 70g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Kompot 300ml	Rosół z makaronem(GLU JAJ SEL) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Salata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 70g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Kompot b/c 300ml	Rosół z makaronem (GLU JAJ SEL) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Salata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 70g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Kompot 300ml	Rosół z makaronem (GLU JAJ SEL) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Salata zielona z jogurtem naturalnym (MLE) 70g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Kompot 300ml	Rosół z makaronem (GLU JAJ SEL) 400ml Udko drobiowe pieczone 150g Salata zielona z olejem 70g Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g	Chrupki kukurydziane 20g
KOLACJA	Szynka konserwowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) rzodkiewka 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300 ml	Szynka konserwowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g Pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300 ml	Szynka konserwowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) rzodkiewka 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IHK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i twarogiem 50g (MLE)	Poledwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Poledwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Poledwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Energia: 2447.09 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 102.38 g; Węglowodany ogółem: 322.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.79 g; : 31.83 Por; Sód: 1408.45 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 31.64 g;	Energia: 2353.52 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 84.63 g; Węglowodany ogółem: 304.56 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g; : 30.14 Por; Sód: 1815.40 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 30.44 g;	Energia: 2686.15 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz: 131.85 g; Węglowodany ogółem: 344.16 g; Błonnik pokarmowy: 40.32 g; : 34.05 Por; Sód: 1279.32 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 31.80 g;	Energia: 2003.28 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 262.14 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g; : 26.13 Por; Sód: 1421.28 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 23.87 g;	Energia: 2081.47 kcal; Białko ogółem: 82.87 g; Tłuszcz: 70.03 g; Węglowodany ogółem: 286.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.42 g; : 28.53 Por; Sód: 1420.95 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 22.08	Energia: 1969.04 kcal; Białko ogółem: 80.84 g; Tłuszcz: 62.33 g; Węglowodany ogółem: 277.56 g; Błonnik pokarmowy: 20.65 g; : 27.61 Por; Sód: 1421.20 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 15.63 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JĘC- jęczmieńny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-łubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.**

JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	ŁATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>08.06.2026 poniedziałek</b>						
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml Pomarańcza 0,5 szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml Pomarańcza 0,5 szt	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml Herbata 300ml Pomarańcza 0,5 szt. HŚN Kefir 1 szt (MLE)	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) margaryna roślinna 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) margaryna roślinna 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.
OBIAD	Zupa ogonowa 400ml (GLU PSZ, SEL) Ryz z jabłkiem 300g (MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Kompot 300 ml	Zupa ogonowa 400ml (GLU PSZ, SEL) Ryz z jabłkiem 300g (MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Kompot 300 ml	Zupa ogonowa 400ml (GLU PSZ, SEL) Ryz brązowy z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g(MLE) Bukiet warzyw gotowany 150g Kompot b/c 300 ml	Zupa wiosenna z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ,SEL) Ryz z jabłkiem 300g (MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Kompot 300 ml	Zupa wiosenna z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ,SEL) Ryz z jabłkiem 300g (MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Kompot 300 ml	Zupa wiosenna z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ,SEL) Ryz z mięsem i warzywami 300g (SEL) sos koperkowy 100g(MLE) Bukiet warzyw gotowany 150g Kompot 300 ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)	Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU ŻYT)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ)
KOLACJA	Parówki wieprzowe 80g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ketchup 20g sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Parówki wieprzowe 80g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Ketchup 20g sałata 10g pieczywo pszenne 100g(GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g(MLE) Herbata 300ml	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) sałata 10g Herbata 300ml HK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i jajkiem 50 g (JAJ)	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) sałata 10g Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) sałata 10g Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) sałata 10g Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSIŁEK NOCNY	Serek ziarnisty 200g(MLE)	Serek ziarnisty 200g(MLE)	Serek ziarnisty 200g(MLE)	Serek ziarnisty 200g(MLE)	Serek ziarnisty 200g(MLE)	Mus warzywno-owocowy 150g
	Energia: 2435.45 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 80.20 g; Węglowodany ogółem: 369.57 g; Błonnik pokarmowy: 20.38 g; : 36.81 Por; Sód: 629.34 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 29.19 g;	Energia: 2354.45 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 63.46 g; Węglowodany ogółem: 351.84 g; Błonnik pokarmowy: 15.97 g; : 35.11 Por; Sód: 1035.42 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 28.47 g;	Energia: 2387.15 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 100.80 g; Węglowodany ogółem: 326.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.97 g; : 32.26 Por; Sód: 1560.90 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 32.56 g;	Energia: 2334.04 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 55.77 g; Węglowodany ogółem: 368.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; : 36.82 Por; Sód: 1072.19 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 27.49 g;	Energia: 2351.05 kcal; Białko ogółem: 102.81 g; Tłuszcz: 52.65 g; Węglowodany ogółem: 389.93 g; Błonnik pokarmowy: 26.69 g; : 38.95 Por; Sód: 1078.13 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 23.76 g;	Energia: 2089.49 kcal; Białko ogółem: 77.07 g; Tłuszcz: 56.37 g; Węglowodany ogółem: 341.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.03 g; : 34.10 Por; Sód: 1095.27 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 18.30 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JĘC- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzeczy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-łubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala**

**JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy**

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	LATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>09.06.2026 wtorek</b>						
ŚNIADANIE	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) makaron na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Arbuz 100g	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) pomidor 50g masło ekstra 15g (MLE) Makaron na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Arbuz 100g	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU PSZ) Herbata b/c 300ml Arbuz 100g szt. IISN Jogurt naturalny 150g (MLE)	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) pomidor 50g masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Arbuz 100g	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) pomidor 50g margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Arbuz 100g	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor b/skóry 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z makaronem 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Arbuz 100g
OBIAD	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU JĘĆ, MLE,SEL) Kotlet mielony wieprzowy smażony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) ziemniaki z koprem 200g Mizeria z jogurtem naturalnym (MLE) 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU JĘĆ, MLE,SEL) klops wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU JĘĆ, MLE,SEL) klops wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) ziemniaki z koprem 200g Mizeria z jogurtem naturalnym (MLE) 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU JĘĆ, MLE,SEL) klops wieprzowy gotowany 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU JĘĆ, MLE,SEL) klops wieprzowy gotowany 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw 150g kompot 300ml	Krupnik jęczmienny 400ml (GLU JĘĆ, MLE,SEL) klops wieprzowy gotowany 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g (GLU, MLE) ziemniaki z koprem 200g Bukiet warzyw 150g kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Galaretka owocowa 200g	Galaretka owocowa 200g	Sok pomidorowy 100% 200 ml	Galaretka owocowa 200g	Galaretka owocowa 200g	Kisiel 200g
KOLACJA	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) ogórek świeży 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) ogórek świeży 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml IIK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka konserwowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSIŁEK NOCNY	Salatka śledziowa 150g (RYB)	Salatka śledziowa 150g (RYB)	Salatka śledziowa 150g (RYB)	Salatka wielowarzywna 150g (SEL)	Salatka wielowarzywna 150g (SEL)	Salatka wielowarzywna 150g (SEL)
	Energia: 2321.25 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 97.76 g; Węglowodany ogółem: 323.45 g; Błonnik pokarmowy: 22.73 g; : 32.14 Por; Sód: 920.38 mg; kw.tuszcz.nasycone: 32.44 g;	Energia: 2133.18 kcal; Białko ogółem: 101.24 g; Tłuszcz: 66.84 g; Węglowodany ogółem: 309.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g; : 30.70 Por; Sód: 2020.67 mg; kw.tuszcz.nasycone: 27.64 g;	Energia: 2311.10 kcal; Białko ogółem: 93.06 g; Tłuszcz: 100.16 g; Węglowodany ogółem: 315.54 g; Błonnik pokarmowy: 32.73 g; : 31.46 Por; Sód: 1503.75 mg; kw.tuszcz.nasycone: 32.36 g;	Energia: 1944.19 kcal; Białko ogółem: 93.22 g; Tłuszcz: 59.05 g; Węglowodany ogółem: 294.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; : 29.32 Por; Sód: 1239.52 mg; kw.tuszcz.nasycone: 25.17 g;	Energia: 1928.26 kcal; Białko ogółem: 94.66 g; Tłuszcz: 50.85 g; Węglowodany ogółem: 306.79 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; : 30.53 Por; Sód: 2272.92 mg; kw.tuszcz.nasycone: 18.43 g;	Energia: 1976.97 kcal; Białko ogółem: 84.68 g; Tłuszcz: 48.12 g; Węglowodany ogółem: 319.15 g; Błonnik pokarmowy: 29.22 g; : 31.71 Por; Sód: 2266.83 mg; kw.tuszcz.nasycone: 16.89 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JĘĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzeczy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-hubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.**

**JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy**

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	LATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (D03)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>10.06.2026 środa</b>						
ŚNIADANIE	Połudwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Kasza jaglana na mleku (MLE) 400 ml Herbata 300ml Jabłko 1szt.	Połudwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Masło ekstra (MLE) 15g Kasza jaglana na mleku (MLE) 400 ml Herbata 300ml Jabłko 1szt.	Połudwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Masło ekstra (MLE) 15g Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400 ml Herbata 300ml Jabłko 1 szt. IIINchleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g (MLE) i jajkiem 50g (JAJ)	Połudwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Masło ekstra (MLE) 15g Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400 ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1szt.	Połudwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) margaryna roślinna (MLE) 15g Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400 ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1szt.	Połudwica sopocka 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna (MLE) 15g Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą jaglaną 400 ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1szt.
OBIAD	Zupa z soczewicą i pomidorami z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) Pierogi ruskie z masłem 300g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ,SEL) 400ml Pierogi ruskie z masłem 300g Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa z soczewicą i pomidorami z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) Makaron razowy z mięsem i warzywami 300g(GLU PSZ) sos koperkowy 100g(GLU PSZ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/c 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU PSZ,SEL) Pierogi ruskie z masłem 300g Marchew gotowana 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU PSZ,SEL) Pierogi ruskie z masłem 300g Marchew gotowana 150g kompot 300ml	Zupa jarzynowa z natką pietruszki czysta 400ml (GLU PSZ,SEL) Makaron z mięsem i warzywami 300g(GLU PSZ) sos koperkowy 100g(GLU PSZ) Marchew gotowana 150g kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU ŻYT)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)
KOLACJA	Paszтет drobiowy 50g (SEL) rzodkiewka 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Paszтет drobiowy 50g (SEL) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka 50g chleb razowy żytni 100g(GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IIK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Mus warzywno-owocowy 150g
	Energia: 2396.75 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 377.22 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g; : 37.61 Por; Sód: 1588.08 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 29.76 g;	Energia: 2379.84 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 69.36 g; Węglowodany ogółem: 369.76 g; Błonnik pokarmowy:28.13 g; : 36.87 Por; Sód: 1967.35 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 30.48 g;	Energia: 2684.98 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 108.90 g; Węglowodany ogółem: 405.78 g; Błonnik pokarmowy: 44.75 g; : 40.21 Por; Sód: 932.66 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 34.76 g;	Energia: 2190.29 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 58.98 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.06 g; : 34.62 Por; Sód: 946.06 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 29.89 g;	Energia: 2328.53 kcal; Białko ogółem: 91.25 g; Tłuszcz: 55.76 g; Węglowodany ogółem: 380.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; : 37.87 Por; Sód: 1097.19 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 26.00 g;	Energia: 2198.03 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 49.01 g; Węglowodany ogółem: 359.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.87 g; : 35.63 Por; Sód: 1089.13 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 22.85 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JEĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-lubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów. **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala**

JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posiłek	PODSTAWOWA (D01)	LATWOSTRAWNA D02)	Z OGRANICZENIEM LATWO PRZYSWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (D03)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>11.06.2026 czwartek</b>						
ŚNIADANIE	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) Pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Kasza manna na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Gruszka 1 szt.	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100 (GLU PSZ) masło ekstra (MLE) Kasza manna na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300 ml Gruszka pieczona 1 szt.	Jaja 2szt (JAJ) sos tatarski 20g (GOR) Pomidor 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z kaszą manną 400ml (GLU) Herbata b/c 300ml Gruszka 1 szt. IIŚN chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną wieprzową 30g(GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z kaszą manną 400ml (GLU) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z kaszą manną 400ml (GLU) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt	Jaja 2szt (JAJ) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z kaszą manną 400ml (GLU) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt
OBIAD	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) pieczeń wieprzowa 100g sos koperkowy 100g ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej i jabłka z olejem 150g Kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) pieczeń wieprzowa 100g sos koperkowy 100g ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej i jabłka z olejem 150g Kompot 300ml	Zupa brokułowa z natką pietruszki 400ml (GLU, MLE) pieczeń wieprzowa 100g sos koperkowy 100g ziemniaki z koperkiem 200g Surówka z kapusty pekińskiej i jabłka z olejem 150g Kompot b/c 300ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400ml pieczeń wieprzowa 100g sos koperkowy 100g ziemniaki z koperkiem 200g Sałata zielona z jogurtem naturalnym 70g (MLE) Kompot 300ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400ml pieczeń wieprzowa 100g sos koperkowy 100g ziemniaki z koperkiem 200g Sałata zielona z jogurtem naturalnym 70g (MLE) Kompot 300ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400ml pieczeń wieprzowa 100g sos koperkowy 100g ziemniaki z koperkiem 200g Sałata zielona z olejem 70g Kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Mus owocowo-warzywny 150g	Mus owocowo-warzywny 150g	Mus owocowo-warzywny 150g	Mus owocowo-warzywny 150g	Mus owocowo-warzywny 150g	Mus owocowo-warzywny 150g
KOLACJA	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka czerwona 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR) papryka czerwona 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IIK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g (MLE) i twarogiem 50g (MLE)	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Kefir (MLE) 1 szt.	Kefir (MLE) 1 szt.	Kefir (MLE) 1 szt.	Kefir (MLE) 1 szt.	Kefir (MLE) 1 szt.	Kisiel 200g
	Energia: 2260.60 kcal; Białko ogółem: 68.19 g; Tłuszcz: 85.62 g; Węglowodany ogółem: 344.10 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; : 33.98 Por; Sód: 2002.67 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 27.80 g;	Energia: 2156.20 kcal; Białko ogółem: 74.95 g; Tłuszcz: 68.40 g; Węglowodany ogółem: 320.92 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; : 31.70 Por; Sód: 2412.38 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 27.00 g;	Energia: 2511.12 kcal; Białko ogółem: 67.40 g; Tłuszcz: 110.42 g; Węglowodany ogółem: 379.31 g; Błonnik pokarmowy: 46.13 g; : 37.48 Por; Sód: 2066.90 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 28.73 g;	Energia: 2028.96 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 65.34 g; Węglowodany ogółem: 297.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.30 g; : 29.46 Por; Sód: 1666.06 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 20.06 g;	Energia: 1906.59 kcal; Białko ogółem: 63.99 g; Tłuszcz: 54.17 g; Węglowodany ogółem: 300.39 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; : 29.88 Por; Sód: 1428.26 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 17.33 g;	Energia: 1785.03 kcal; Białko ogółem: 64.21 g; Tłuszcz: 57.18 g; Węglowodany ogółem: 268.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g; : 26.62 Por; Sód: 1771.17 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 23.49 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JĘC- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzecz z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki LUB-lubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów. **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.**

JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	ŁATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>12.06.2026 piątek</b>						
ŚNIADANIE	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 50g chleb pszenny 50g(GLU PSZ) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) Ryż na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml Mandarynki 1 szt.	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU PSZ) bułka maślana 50g(GLU PSZ, MLE) masło ekstra 15g (MLE) Ryż na mleku 400 ml (MLE) Herbata 300ml Mandarynki 1 szt.	Pasta z ciecierzycy 80g pomidor 50g chleb razowy żytni 100g(GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata b/c 300ml Mandarynki 1 szt. IISŃ chleb razowy żytni 50(GLU ŻYT) z margaryną 10g (MLE) i jajkiem 50g (JAJ)	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU PSZ) bułka maślana 50g(GLU PSZ, MLE) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Marmolada 50g chleb pszenny 50g(GLU PSZ) bułka maślana 50g(GLU PSZ, MLE) margaryna roślinna 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Kielbasa krakowska wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g chleb pszenny 100g(GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z ryżem 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.
OBIAD	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 300ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 300ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot b/c 300ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 300ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 300ml	Zupa makaronowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ryba pieczona 100g (RYB) ziemniaki z koprem 200g sos grecki z warzyw korzeniowych 150g (SEL) kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Kiwi 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.	Banan 1 szt.
KOLACJA	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) ogórek świeży 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU ŻYT JĘC,MLE)	Twarożek z natką pietruszki 80g(MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Kawa zbożowa na mleku 300ml (GLU ŻYT JĘC,MLE)	Twarożek z natką pietruszki 80g(MLE) ogórek świeży 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g(MLE) Herbata 300ml IİK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR)	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g (MLE) sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) sałata 10g Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU ŻYT)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)	Ciasto drożdżowe 50g(GLU PSZ, JAJ,MLE)
	Energia: 2325.81 kcal; Białko ogółem: 85.07 g; Tłuszcz: 76.98 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g; : 37.58 Por; Sód: 856.32 mg; kw.tuszcz.nasycone: 27.08 g;	Energia: 2313.57 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 58.05 g; Węglowodany ogółem: 386.31 g; Błonnik pokarmowy: 22.41 g; : 38.35 Por; Sód: 1250.53 mg; kw.tuszcz.nasycone: 26.32 g;	Energia: 2371.99 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 99.97 g; Węglowodany ogółem: 369.81 g; Błonnik pokarmowy: 43.32 g; : 36.77 Por; Sód: 973.85 mg; kw.tuszcz.nasycone: 27.19 g;	Energia: 2091.37 kcal; Białko ogółem: 75.69 g; Tłuszcz: 50.98 g; Węglowodany ogółem: 361.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; : 36.13 Por; Sód: 1290.67 mg; kw.tuszcz.nasycone: 21.43 g;	Energia: 2089.48 kcal; Białko ogółem: 75.90 g; Tłuszcz: 44.65 g; Węglowodany ogółem: 375.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g; : 37.45 Por; Sód: 1293.10 mg; kw.tuszcz.nasycone: 15.68 g;	Energia: 2032.35 kcal; Białko ogółem: 79.66 g; Tłuszcz: 47.15 g; Węglowodany ogółem: 337.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; : 33.58 Por; Sód: 1291.28 mg; kw.tuszcz.nasycone: 17.03 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JEĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-hubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów. **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.**

**JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Belżycach, Szpital Powiatowy**

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	LATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSAWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>13.06.2026 sobota</b>						
ŚNIADANIE	Szynka wyborowa wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) Sałatka szwedzka 50g (GOR) chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml Gruszka 1 szt.	Szynka wyborowa wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) sałata 10g pieczywo pszenne 100 (GLU PSZ) masło ekstra (MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300ml Gruszka 1 szt.	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) sałatka szwedzka 50g (GOR) pieczywo razowe żytnie 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400 ml Herbata b/c 300ml Gruszka 1 szt. IISN Jogurt naturalny 1szt.(MLE)	Szynka wyborowa wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) Sałata 10g pieczywo pszenne 100 (GLU PSZ) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400 ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka wyborowa wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) Sałata 10g pieczywo pszenne 100 (GLU PSZ) margaryna roślinna 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400 ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka wyborowa wieprzowa 50g(GLU, SOJ,MLE*, SEL*, GOR*) Sałata 10g pieczywo pszenne 100 (GLU PSZ) margaryna roślinna 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą 400 ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.
OBIAD	Kapuśniak z młodej kapusty z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna 200g (GLU JEĆ) Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna 200g (GLU JEĆ) Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g kompot 300ml	Kapuśniak z młodej kapusty z natką pietruszki 400ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna 200g (GLU JEĆ) Surówka z buraczków i jabłka z olejem 150g kompot b/c 300ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna 200g (GLU JEĆ) Buraczki gotowane 150g kompot 300 ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna 200g (GLU JEĆ) Buraczki gotowane 150g kompot 300 ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml (SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU PSZ) Kasza jęczmienna 200g (GLU JEĆ) Buraczki gotowane 150g kompot 300 ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Jogurt owocowy 150g (MLE)	Jogurt owocowy 150g (MLE)	Mus warzywno-owocowy 150g	Jogurt owocowy 150g (MLE)	Jogurt owocowy 150g (MLE)	Mus warzywno-owocowy 150g
KOLACJA	Pasta jajeczna 80g (JAJ) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta jajeczna 80g (JAJ) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta jajeczna 80g (JAJ) pomidor 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IIKChleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Polędwica drobiowa Ani 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Sałatka wielowarzywna z makaronem 150g (SEL)	Sałatka wielowarzywna z makaronem 150g (SEL)	Sałatka wielowarzywna z makaronem 150g (SEL)	Sałatka wielowarzywna z makaronem 150g (SEL)	Sałatka wielowarzywna z makaronem 150g (SEL)	Sałatka wielowarzywna z makaronem 150g (SEL)
	Energia: 2390.42 kcal; Białko ogółem: 87.80 g; Tłuszcz: 90.28 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g; : 35.01 Por; Sód: 1848.97 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 21.44 g;	Energia: 2346.19 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 78.12 g; Węglowodany ogółem: 336.37 g; Błonnik pokarmowy:33.95 g; : 33.56 Por; Sód: 2071.41 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 19.60 g;	Energia: 2575.66 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 110.56 g; Węglowodany ogółem: 382.40 g; Błonnik pokarmowy: 53.38 g; : 38.13 Por; Sód: 1632.66 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 22.52 g;	Energia: 2251.05 kcal; Białko ogółem: 91.03 g; Tłuszcz: 69.48 g; Węglowodany ogółem: 334.43 g; Błonnik pokarmowy:37.87 g; : 33.47 Por; Sód: 1655.92 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 17.23 g;	Energia: 2266.47 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 61.46 g; Węglowodany ogółem: 351.51 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; : 35.07 Por; Sód: 1667.05 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 9.51 g;	Energia: 2230.74 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 59.67 g; Węglowodany ogółem: 346.21 g; Błonnik pokarmowy: 37.47 g; : 34.59 Por; Sód: 1242.44 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 8.39 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JEĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-hubin MIE- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów. **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.**

**JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy**

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	ŁATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>14.06.2026 niedziela</b>						
ŚNIADANIE	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Papryka czerwona 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU PSZ, MLE) Herbata 300ml Pomarańcza ½ szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g (MLE) Płatki owsiane na mleku 400ml (GLU PSZ, MLE) Herbata 300ml Pomarańcza ½ szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) papryka czerwona 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata b/c 300ml Pomarańcza ½ szt. IIŚN chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i hummusem 30g (SOJA)	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka drobiowa filet wędzony 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) Pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Zupa na wywarze z jarzyn z płatkami owsianymi 400ml (GLU PSZ) Herbata 300 ml Jabłko pieczone 1 szt
OBIAD	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (SEL MLE) Kotlet schabowy pieczony 100g(GLU,JAJ) ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g Kompot 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (SEL MLE) Bitka schabowa duszona 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Sałata zielona z jogurtem naturalnym 70g (MLE) kompot 300ml	Zupa pomidorowa z ryżem z natką pietruszki 400ml (SEL MLE) Bitka schabowa duszona 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g ziemniaki z koprem 200g Surówka z kapusty białej, marchwi i jabłka z olejem 150g kompot b/c 300ml	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ziemniaki z koprem 200g Bitka schabowa duszona 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g Sałata zielona z jogurtem naturalnym 70g (MLE) kompot 300ml	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ziemniaki z koprem 200g Bitka schabowa duszona 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g Sałata zielona z jogurtem naturalnym 70g (MLE) kompot 300ml	Zupa ryżowa z natką pietruszki 400ml (GLU PSZ, SEL) ziemniaki z koprem 200g Bitka schabowa duszona 100g (GLU PSZ) w sosie własnym 150g Sałata zielona z olejem 70g kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Budyń 200 ml (MLE)	Budyń 200 ml (MLE)	Kisiel b/c 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml	Kisiel 200 ml
KOLACJA	Paprykarz rybny 80g (RYB) Sałata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny 80g (RYB) Sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Paprykarz rybny 80g (RYB) Sałata 10g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IIK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną drobiową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Twarożek z natką pietruszki 80g(MLE) Sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Twarożek z natką pietruszki 80g(MLE) Sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Półdewica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEGOR*) Sałata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g	Mus warzywno-owocowy 150g
	Energia: 2517.86 kcal; Białko ogółem: 77.87 g; Tłuszcz: 91.79 g; Węglowodany ogółem: 384.94 g; Błonnik pokarmowy: 32.99 g; : 38.15 Por; Sód: 1619.34 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 25.33 g;	Energia: 2220.47 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 55.77 g; Węglowodany ogółem: 344.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g; : 34.14 Por; Sód: 1034.47 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 22.62 g;	Energia: 2437.93 kcal; Białko ogółem: 78.51 g; Tłuszcz: 96.63 g; Węglowodany ogółem: 379.56 g; Błonnik pokarmowy: 45.51 g; : 37.70 Por; Sód: 1621.27 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 22.12 g;	Energia: 1928.88 kcal; Białko ogółem: 107.65 g; Tłuszcz: 47.24 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g; : 30.16 Por; Sód: 1026.07 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 19.58 g;	Energia: 1889.30 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 314.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g; : 31.37 Por; Sód: 1025.89 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 12.51 g;	Energia: 1815.32 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 302.01 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g; : 30.03 Por; Sód: 1018.52 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 10.28 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JEĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-hubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów. **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala**

**JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy**

Posilek	PODSTAWOWA (D01)	ŁATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYWAJALNYCH WEGLOWODANÓW (D03)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>15.06.2026 poniedziałek</b>						
ŚNIADANIE	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) ogórek świeży 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300 ml Kiwi 1 szt.	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) Kasza kukurydziana na mleku 400ml (MLE) Herbata 300 ml Banan 1 szt.	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) ogórek świeży 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą (GLU PSZ) 400ml Herbata b/c 300 ml Kiwi 1 szt. IISN chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g (MLE) i jajkiem 50g (JAJ)	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą (GLU PSZ) 400ml Herbata 300 ml Banan 1 szt.	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą (GLU PSZ) 400ml Herbata 300 ml Banan 1 szt.	Polędwica sopocka wieprzowa 50g (GLU,SOJ,MLE*,SEL*, GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą kukurydzianą (GLU PSZ) 400ml Herbata 300 ml Banan 1 szt.
OBIAD	Zupa fasolowa 400 ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Makaron z serem twarogowym 300g(GLU PSZ MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 100g kompot 300ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400 ml (GLU PSZ,MLE,SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU PSZ MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 100g kompot 300ml	Zupa fasolowa 400 ml (GLU PSZ,MLE,SEL) makaron razowy z serem twarogowym 300g(GLU PSZ,MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 100g kompot b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400 ml (GLU PSZ,MLE,SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU PSZ MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 100g kompot 300ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400 ml (GLU PSZ,MLE,SEL) makaron z serem twarogowym 300g(GLU PSZ MLE) sos jogurtowy 100g(MLE) Szpinak 100g kompot 300ml	Zupa wielowarzywna z natką pietruszki 400 ml (GLU PSZ,MLE,SEL) Makaron z mięsem i warzywami 300g(GLU PSZ) sos koperkowy 100g(GLU PSZ) Marchew gotowana 150g kompot 300ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Arbuz 100g	Arbuz 100g	Arbuz 100g	Arbuz 100g	Arbuz 100g	Arbuz 100g
	Pasta mięsno-jarzynowa 80g (SEL) Salata 10g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta mięsno-jarzynowa 80g (SEL) Salata 10g salata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta mięsno-jarzynowa 80g(SEL) salata 10g chleb razowy żytni 100g(GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IIK chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Pasta mięsno-jarzynowa 80g (SEL) Salata 10g Pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta mięsno-jarzynowa 80g (SEL) Salata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Pasta mięsno-jarzynowa 80g(SEL) Salata 10g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml
POSILEK NOCNY	Drożdżówka 1 szt. (GLU PSZ, JAJ,MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU PSZ, JAJ,MLE)	Jogurt naturalny 150g (MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU PSZ, JAJ,MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU PSZ, JAJ,MLE)	Drożdżówka 1 szt. (GLU PSZ, JAJ,MLE)
	Energia: 2446.26 kcal; Białko ogółem: 83.84 g; Tłuszcz: 80.02 g; Węglowodany ogółem: 384.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; : 38.41 Por; Sód: 580.78 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 24.93 g;	Energia: 2217.62 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 343.39 g; Błonnik pokarmowy: 16.52 g; : 34.26 Por; Sód: 999.33 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 23.28 g;	Energia: 2670.87 kcal; Białko ogółem: 91.31 g; Tłuszcz: 107.30 g; Węglowodany ogółem: 402.90 g; Błonnik pokarmowy: 43.70 g; : 40.25 Por; Sód: 736.84 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 30.65 g;	Energia: 2271.86 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 58.96 g; Węglowodany ogółem: 360.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.66 g; : 36.00 Por; Sód: 1045.32 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 22.55 g;	Energia: 2234.03 kcal; Białko ogółem: 85.19 g; Tłuszcz: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 365.14 g; Błonnik pokarmowy: 21.18 g; : 36.54 Por; Sód: 1035.32 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 16.75 g;	Energia: 2186.00 kcal; Białko ogółem: 79.43 g; Tłuszcz: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 370.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; : 37.13 Por; Sód: 1310.35 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 13.76 g;

**Alergeny:** GLU-gluten (PSZ-pszenny, JEĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorczyca SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-hubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergeny występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów. **Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.**

**JADŁOSPIS DEKADOWY 07.06-16.06.2026r. dla SP ZOZ nr 1 w Bełżycach, Szpital Powiatowy**

Posiłek	PODSTAWOWA (D01)	ŁATWOSTRAWNA (D02)	Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (D03)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBSTANCJI POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGO (D02/M)	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (D05)	ELIMINACYJNA BEZMLECZNA (D02/ML)
<b>16.06.2026 wtorek</b>						
ŚNIADANIE	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) masło ekstra 15g (MLE) Kasza manna na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10 g pieczywo pszenne 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) masło ekstra 15g (MLE) Kasza manna na mleku 400ml (MLE GLU PSZ) Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) rzodkiewka 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) masło ekstra 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną (GLU PSZ) 400ml Herbata b/c 300ml Jabłko pieczone 1 szt. IISN chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) z margaryną 10g(MLE) i twarogiem 30g (MLE)	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10 g pieczywo pszenne 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) masło ekstra 15g(MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną (GLU PSZ) 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) sałata 10 g pieczywo pszenne 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną (GLU PSZ) 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.	Szynka miodowa drobiowa 50g (GLU, SOJ,ML sałata 10 g pieczywo pszenne 50g (GLU PSZ) bułka pszenna 50g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) zupa na wywarze z jarzyn z kaszą manną (GLU PSZ) 400ml Herbata 300ml Jabłko pieczone 1 szt.
OBIAD	Zupa botwinkowa z ziemniakami (SEL) 400ml ziemniaki z koprem 200g Gołąbki z ryżem (150g) w sosie pomidorowym (100g) 250g Sałatka szwedzka 150g Kompot 300 ml	Zupa botwinkowa z ziemniakami (SEL) 400ml ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno-ryżowy wieprzowy pieczony 100g (GLU, JAJ) sos pomidorowy 100g Bukiet warzyw gotowany (GLU) 150g Kompot 300 ml	Zupa botwinkowa z ziemniakami (SEL) 400ml ziemniaki z koprem 200g Gołąbki z ryżem (150g) w sosie pomidorowym (100g) 250g Sałatka szwedzka 150g Kompot b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml ( SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno-ryżowy wieprzowy gotowany 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g Bukiet warzyw gotowany (GLU) 150g Kompot 300 ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml ( SEL) ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno-ryżowy wieprzowy gotowany 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g Bukiet warzyw gotowany (GLU) 150g Kompot 300 ml	Zupa ziemniaczana z natką pietruszki 400ml ( S ziemniaki z koprem 200g pulpet mielony mięsno-ryżowy wieprzowy gotowany 100g (GLU, JAJ) sos koperkowy 100g Bukiet warzyw gotowany (GLU) 150g Kompot 300 ml
PODWIECZOREK: ZPO, położnictwo, pediatria	Biszkopty 40g (GLU PSZ JAJ)	Biszkopty 40g (GLU PSZ JAJ)	Pieczywo chrupkie żytnie 20g (GLU ŻYT)	Biszkopty 40g (GLU PSZ JAJ)	Biszkopty 40g (GLU PSZ JAJ)	Biszkopty 40g (GLU PSZ JAJ)
KOLACJA	Ser żółty 50g (MLE) pomidor 50g chleb pszenny 50g (GLU PSZ) chleb razowy żytni 50g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU PSZ) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Ser żółty 50g (MLE) pomidor 50g chleb razowy żytni 100g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata b/c 300ml IIK chleb razowy 60g (GLU) z masłem roślinnym 5g (MLE) i wędliną wieprzową 30g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*)	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 300ml	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna roślinna 15g (MLE) Herbata 250ml	Szynka wyborowa wieprzowa 50g (GLU, SOJ,MLE*,SEL*,GOR*) pomidor b/skóry 50g pieczywo pszenne 100g (GLU) margaryna roślinna 15g(MLE) Herbata 250ml
POSIŁEK NOCNY	Sałatka jarzynowa (SEL) 150g	Sałatka jarzynowa (SEL) 150g	Sałatka jarzynowa (SEL) 150g	Sałatka jarzynowa (SEL) 150g	Sałatka jarzynowa (SEL) 150g	Sałatka jarzynowa (SEL) 150g
	Energia: 2606.02 kcal; Białko ogółem: 87.01 g; Tłuszcz: 104.79 g; Węglowodany ogółem: 372.37 g; Błonnik pokarmowy: 35.52 g; : 37.00 Por; Sód: 2066.46 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 36.68 g;	Energia: 2362.67 kcal; Białko ogółem: 78.52 g; Tłuszcz: 71.85 g; Węglowodany ogółem: 370.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.11 g; : 36.66 Por; Sód: 2576.56 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 29.93 g;	Energia: 2738.14 kcal; Białko ogółem: 85.64 g; Tłuszcz: 125.47 g; Węglowodany ogółem: 388.44 g; Błonnik pokarmowy: 52.56 g; : 38.57 Por; Sód: 2132.91 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 35.49 g;	Energia: 2209.37 kcal; Białko ogółem: 60.00 g; Tłuszcz: 93.94 g; Węglowodany ogółem: 329.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; : 32.58 Por; Sód: 1287.22 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 27.48 g;	Energia: 2248.49 kcal; Białko ogółem: 71.73 g; Tłuszcz: 71.50 g; Węglowodany ogółem: 348.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; : 34.62 Por; Sód: 1898.60 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 21.14 g;	Energia: 2242.55 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 71.42 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; Błonnik pokarmowy: 34.10 g; : 34.49 Por; Sód: 1895.12 mg; kw.tłuszcz.nasycone: 21.12 g;

Alergeny: GLU-gluten (PSZ-pszeny, JEĆ- jęczmienny, ŻYT- żytni) SKO-skorupiaki JAJ-jaja RYB-ryby ORZ-orzeszki ziemne SOJ-ziarna soi 7MLE mleko i produkty mleczne ORZ- orzechy z drzew orzechowych 9- seler GOR-gorzycza SEZ-sezam SO2-dwutlenek siarki ŁUB-lubin MIĘ- mięczaki \*zaznaczone alergenem występujące w śladowych ilościach wg deklaracji producentów Szczegółowy skład potraw dostępny jest w księdze receptur u dietetyka szpitala.