1 Wojskowy Szpital Kliniczny
z Polikliniką SP ZOZ
Aleje Racławickie 23
20-049 LUBLIN
DZIAŁ ŻYWIENIA i DIETETYKI

LUBLIN dn.13-10-2026

ZESTAWIENIE JADŁOSPISÓW

Za okres: 05-10-2026 - 09-10-2026

Lp.	Posiłek	Nazwa diety	Norm.	Data 05-10-2026 Poniedziałek [1]	06-10-2026 Wtorek [2]	07-10-2026 Środa [3]	08-10-2026 Czwartek [4]	09-10-2026 Piątek [5]
1	Śniadanie	Podstawowa	020	Herb.piecz,masło (ś) Makaron na mleku Ser żółty Jaja Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Płatki jaglane na mleku Kiełbasa szynkowa Ser topiony Ogórki kwasz.	Herb.piecz,masło (ś) Płatki owsiane na mleku Parówki na gorąco z muszt. Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Ryż na mleku Szynka babuni Rukola	Herb.piecz,masło (ś) Manna na mleku Ser twarog. Dżem Jabłka
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 3 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 10 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14
2		Łatwostrawna	020	Herb.piecz,masło (ś) Makaron na mleku Ser twarog. Jaja Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Płatki jaglane na mleku Kiełbasa szynkowa Ogórki kwasz.	Herb.piecz,masło (ś) Płatki owsiane na mleku Parówki na gorąco z muszt. Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Ryż na mleku Szynka babuni Rukola	Herb.piecz,masło (ś) Manna na mleku Ser twarog. Dżem Jabłka
3		Z ogranicz. łatwo	020	Herb.piecz,masło (ś) Makaron na mleku Ser żółty Jaja Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Płatki jaglane na mleku Kiełbasa szynkowa Ogórki kwasz.	Herb.piecz,masło (ś) Płatki owsiane na mleku Parówki na gorąco z muszt. Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Ryż na mleku Szynka babuni Rukola	Herb.piecz,masło (ś) Manna na mleku Ser twarog. Pomidory Jabłka
4	II Śniadanie	Podstawowa	020					
Występujące alergeny (nr) w posiłku:								
5		Łatwostrawna	020					
6		Z ogranicz. łatwo	020	Kisiel pł.	Serek homogenizowany	Maślanka	Kefir	Jogurt

Numeryczne oznaczenie występujących alergenów:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

7	Obiad I	Podstawowa	020	Krupnik ryżowy Szynka pieczona Ziemniaki b/t Fasolka szparagowa Sur. z march,jabł Kompot z miesz.owoc.	Makaronowa Bitka drobiowa w jarzynach Ziemniaki b/t Surówka colesław Kompot z miesz.owoc.	Barszcz czerwony Makaron z sosem bolognese Sur.z ogórka kisz. i cebuli Kompot z miesz.owoc.	Jarzynowa Schab pieczony Ziemniaki b/t Buraczki z jabłkami Kompot z miesz.owoc.	Grochowa na słoninie Ryba po grecku Ziemniaki b/t Kompot z miesz.owoc.
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 10 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 10 11 13 14
8		Łatwostrawna	020	Krupnik ryżowy Szynka pieczona Ziemniaki b/t Fasolka szparagowa Sur. z march,jabł Kompot z miesz.owoc.	Makaronowa Bitka drobiowa w jarzynach Ziemniaki b/t Mini marchewki Kompot z miesz.owoc.	Barszcz czerwony Makaron z sosem bolognese Brokuły Kompot z miesz.owoc.	Jarzynowa Schab pieczony Ziemniaki b/t Buraczki z jabłkami Kompot z miesz.owoc.	Kalafiorowa Ryba po grecku Ziemniaki b/t Kompot z miesz.owoc.
9		Z ogranicz. łatwo	020	Krupnik ryżowy Szynka pieczona Ziemniaki b/t Fasolka szparagowa Sur. z march,jabł Woda z cytryną	Makaronowa Bitka drobiowa w jarzynach Ziemniaki b/t Surówka colesław Woda z cytryną	Barszcz czerwony Makaron z sosem bolognese Sur.z ogórka kisz. i cebuli Woda z cytryną	Jarzynowa Schab pieczony Ziemniaki b/t Buraczki z jabłkami Woda z cytryną	Kalafiorowa Ryba po grecku Ziemniaki b/t Woda z cytryną
10	Podwieczore	Podstawowa	020					
Występujące alergeny (nr) w posiłku:								
11		Łatwostrawna	020					
12		Z ogranicz. łatwo	020	Jogurt	Jabłka	Kiwi	Grejpfrut	Banany
13	Kolacja	Podstawowa	020	Herbata chleb masło (k) Pasta warzywana Ogórki kwasz.	Herbata chleb masło (k) Sałatka jarzynowa Filety śledź.	Herbata chleb masło (k) Paprykarz	Herbata chleb masło (k) Kiełbasa krak.parz. Pomidory	Herbata chleb masło (k) Jajka na miękko Pomidory
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 13 14	2 3 4 6 10 11 13 14	2 4 6 10 11 13 14	2 4 6 13 14	2 3 4 6 13 14

Numeryczne oznaczenie występujących alergenów:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

14		Łatwostrawna	020	Herbata chleb masło (k) Pasta warzywana Ogórki kwasz.	Herbata chleb masło (k) Sałatka jarzynowa Jaja	Herbata chleb masło (k) Paprykarz	Herbata chleb masło (k) Kiełbasa krak.parz. Pomidory	Herbata chleb masło (k) Jajka na miękko Pomidory
15		Z ogranicz. łatwo	020	Herbata chleb masło (k) Pasta warzywana Ogórki kwasz.	Herbata chleb masło (k) Sałatka jarzynowa Jaja	Herbata chleb masło (k) Paprykarz	Herbata chleb masło (k) Kiełbasa krak.parz. Pomidory	Herbata chleb masło (k) Jajka na miękko Pomidory
Suma wartości energetycznych i składników odżywczych za dzień w poszczególnych dietach i normach:								
	Suma dzień	Podstawowa	020	W.En.=9857kJ/2354kcal, Tł.=74,34g, K.tł.=21,91g, Węgl.=357,82g, Cuk.=75,21g, Biał.=86,71g, Sól=4,29g, Sód=1726,49mg, Bł.=13,32g, Chl.=321,6m	W.En.=10309kJ/2462kcal, Tł.=90,24g, K.tł.=18,08g, Węgl.=333,11g, Cuk.=74,19g, Biał.=99,6g, Sól=2,8g, Sód=1133,81mg, Bł.=11,34g, Chl.=283,2mg	W.En.=11103kJ/2649kcal, Tł.=125,17g, K.tł.=32,81g, Węgl.=315,03g, Cuk.=71,72g, Biał.=82,8g, Sól=4,21g, Sód=1694,99mg, Bł.=10,05g, Chl.=217,1	W.En.=8636kJ/2064kcal, Tł.=70,68g, K.tł.=21,36g, Węgl.=296,91g, Cuk.=66,47g, Biał.=77,77g, Sól=3,09g, Sód=1247,49mg, Bł.=6,48g, Chl.=158mg	W.En.=9768kJ/2334kcal, Tł.=64,49g, K.tł.=22,83g, Węgl.=357,66g, Cuk.=65,77g, Biał.=101,16g, Sól=2,18g, Sód=897,99mg, Bł.=6,89g, Chl.=527,5mg
	Suma dzień	Łatwostrawna	020	W.En.=10144kJ/2425kcal, Tł.=76,79g, K.tł.=23,83g, Węgl.=360,93g, Cuk.=78,01g, Biał.=90,46g, Sól=5,21g, Sód=2096,49mg, Bł.=13,62g, Chl.=321,6	W.En.=11860kJ/2834kcal, Tł.=56,42g, K.tł.=21,7g, Węgl.=379,38g, Cuk.=70,33g, Biał.=169,37g, Sól=4,16g, Sód=1689,69mg, Bł.=7,72g, Chl.=477mg	W.En.=11435kJ/2732kcal, Tł.=127,49g, K.tł.=36,44g, Węgl.=318,38g, Cuk.=76,45g, Biał.=91,1g, Sól=5g, Sód=2011,09mg, Bł.=13,76g, Chl.=217,1mg	W.En.=9038kJ/2162kcal, Tł.=76,68g, K.tł.=23,28g, Węgl.=298,31g, Cuk.=69,27g, Biał.=82,27g, Sól=4,01g, Sód=1617,49mg, Bł.=6,78g, Chl.=158mg	W.En.=9267kJ/2216kcal, Tł.=60,93g, K.tł.=21,99g, Węgl.=330,52g, Cuk.=68,57g, Biał.=98,64g, Sól=3,09g, Sód=1265,69mg, Bł.=7,19g, Chl.=517,6mg
	Suma dzień	Z ogranicz. łatwo	020	W.En.=10245kJ/2447kcal, Tł.=76,48g, K.tł.=23,41g, Węgl.=366,42g, Cuk.=70,53g, Biał.=89,86g, Sól=3,37g, Sód=1386,89mg, Bł.=10,02g, Chl.=333,6	W.En.=9939kJ/2374kcal, Tł.=90,13g, K.tł.=29,34g, Węgl.=298,47g, Cuk.=61,22g, Biał.=106,54g, Sól=2,43g, Sód=985,16mg, Bł.=8,04g, Chl.=532,5mg	W.En.=10700kJ/2553kcal, Tł.=125,18g, K.tł.=32,92g, Węgl.=285,24g, Cuk.=68,8g, Biał.=83,02g, Sól=3,27g, Sód=1315,24mg, Bł.=8,85g, Chl.=219,62	W.En.=8859kJ/2118kcal, Tł.=77,97g, K.tł.=25,91g, Węgl.=277,87g, Cuk.=74,7g, Biał.=88,12g, Sól=2,02g, Sód=830,54mg, Bł.=5,08g, Chl.=190mg	W.En.=8213kJ/1962kcal, Tł.=57,17g, K.tł.=21,57g, Węgl.=276,28g, Cuk.=56,1g, Biał.=97,44g, Sól=1,25g, Sód=556,04mg, Bł.=3,59g, Chl.=529,6mg

Numeryczne oznaczenie występujących alergenów:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

1 Wojskowy Szpital Kliniczny
z Poliklinika SP ZOZ
Aleje Racławickie 23
20-049 LUBLIN
DZIAŁ ŻYWIENIA i DIETETYKI

LUBLIN dn.13-10-2026

ZESTAWIENIE JADŁOSPISÓW

Za okres: 10-10-2026 - 14-10-2026

Lp.	Posiłek	Nazwa diety	Norm.	Data 10-10-2026 Sobota [1]	11-10-2026 Niedziela [2]	12-10-2026 Poniedziałek [3]	13-10-2026 Wtorek [4]	14-10-2026 Środa [5]
1	Śniadanie	Podstawowa	020	Herb.piecz,masło (ś) Kiełbasa krak.parz. Sałata lodowa Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Szynka pieczona Jaja Roszponka	Herb.piecz,masło (ś) Ryż na mleku Kiełbasa szynkowa Ser topiony Sałata lodowa Pomidor szklarniowy	Herb.piecz,masło (ś) Kasza jęcz. na mleku Kiełbasa żywiecka Rukola Pomidor szklarniowy	Herb.piecz,masło (ś) Kasza grycz.na mleku Serek homogenizowany Dżem Roszponka Pomidor szklarniowy
	Występujące alergeny (nr) w posiłku:			2 4 6 13 14	2 3 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 7 13 14	2 4 6 7 13 14
2		Łatwostrawna	020	Herb.piecz,masło (ś) Kiełbasa krak.parz. Sałata lodowa Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Szynka pieczona Jaja Roszponka	Herb.piecz,masło (ś) Ryż na mleku Kiełbasa szynkowa Ser twarog. Sałata lodowa Pomidor szklarniowy	Herb.piecz,masło (ś) Kasza jęcz. na mleku Kiełbasa żywiecka Rukola Pomidor szklarniowy	Herb.piecz,masło (ś) Kasza grycz.na mleku Serek homogenizowany Dżem Roszponka Pomidor szklarniowy
3		Z ogranicz. łatwo	020	Herb.piecz,masło (ś) Kiełbasa krak.parz. Sałata lodowa Pomidory	Herb.piecz,masło (ś) Szynka pieczona Jaja Roszponka	Herb.piecz,masło (ś) Ryż na mleku Kiełbasa szynkowa Ser twarog. Sałata lodowa Pomidor szklarniowy	Herb.piecz,masło (ś) Kasza jęcz. na mleku Kiełbasa żywiecka Rukola Pomidor szklarniowy	Herb.piecz,masło (ś) Kasza grycz.na mleku Serek homogenizowany Szynka babuni Roszponka Pomidor szklarniowy
4	II Śniadanie	Podstawowa	020					
	Występujące alergeny (nr) w posiłku:							
5		Łatwostrawna	020					

Numeryczne oznaczenie występujących alergenów:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

6		Z ogranicz. łatwo	020	Polędwica wędz.	Jogurt	Jabłka	Kefir	Polędwica wędz. Chleb razowy Masło
7	Obiad I	Podstawowa	020	Krupnik jęczm. Pulpet wieprzowy Kasza jęczm.na sypko Warzywa na patelnie Kompot z miesz.owoc.	Pomidorowa z makaronem Udko piecz. Ryż na sypko Marchewka gotowana Kompot z miesz.owoc.	Barszcz czerw.zabiel. Pulpet wieprzowy Kasza jęczm.na sypko Sur.kap.białej Kompot z miesz.owoc.	Grochowa na słoninie Udko piecz. Ryż na sypko Mini marchewki Kompot z miesz.owoc.	Kapuśniak z młodej kapusty Fasolka po bretońsku Chleb krojony Kompot z miesz.owoc.
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 3 4 6 7 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 3 4 6 7 11 13 14	2 4 6 11 13 14	2 4 6 11 13 14
8		Łatwostrawna	020	Krupnik jęczm. Pulpet wieprzowy Kasza jęczm.na sypko Warzywa na patelnie Kompot z miesz.owoc.	Pomidorowa z makaronem Udko piecz. Ryż na sypko Marchewka gotowana Kompot z miesz.owoc.	Barszcz czerw.zabiel. Pulpet wieprzowy Kasza jęczm.na sypko Warzywa na patelnie Kompot z miesz.owoc.	Jarzynowa Udko piecz. Ryż na sypko Mini marchewki Kompot z miesz.owoc.	Brokułowa Szynka pieczona Ziemniaki wczesne Buraczki gotowane Kompot z miesz.owoc.
9		Z ogranicz. łatwo	020	Krupnik jęczm. Pulpet wieprzowy Kasza jęczm.na sypko Warzywa na patelnie Woda z cytryną	Pomidorowa z makaronem Udko piecz. Ryż na sypko Marchewka gotowana Woda z cytryną	Barszcz czerw.zabiel. Pulpet wieprzowy Kasza jęczm.na sypko Sur.kap.białej Woda z cytryną	Jarzynowa Udko piecz. Ryż na sypko Mini marchewki Woda z cytryną	Brokułowa Szynka pieczona Ziemniaki wczesne Buraczki gotowane Woda z cytryną
10	Podwieczore	Podstawowa	020					
Występujące alergeny (nr) w posiłku:								
11		Łatwostrawna	020					
12		Z ogranicz. łatwo	020	Kiwi	Serek homogenizowany	Jogurt	Banany	Maślanka
13	Kolacja	Podstawowa	020	Herbata chleb masło (k) Kiełbasa szynkowa Papryka św.	Herbata chleb masło (k) Szynka biała Ogórki szklarniowe	Herbata chleb masło (k) Sałatka makaronowa	Herbata chleb masło (k) Hummus z ciecierzycy Ogórki szklarniowe	Herbata chleb masło (k) Salceson Pomidor szklarniowy
Występujące alergeny (nr) w posiłku:				2 4 6 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 10 13 14	2 4 6 13 14	2 4 6 13 14

Numeryczne oznaczenie występujących alergenów:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten

14		Łatwostrawna	020	Herbata chleb masło (k) Kiełbasa szynkowa Pomidory	Herbata chleb masło (k) Szynka biała Pomidory	Herbata chleb masło (k) Sałatka makaronowa dieta	Herbata chleb masło (k) Hummus z ciecierzycy Pomidor szklarniowy	Herbata chleb masło (k) Polędwica wędz. Pomidor szklarniowy
15		Z ogranicz. łatwo	020	Herbata chleb masło (k) Kiełbasa szynkowa Pomidory	Herbata chleb masło (k) Szynka biała Pomidory	Herbata chleb masło (k) Sałatka makaronowa	Herbata chleb masło (k) Hummus z ciecierzycy Ogórki szklarniowe	Herbata chleb masło (k) Polędwica wędz. Pomidor szklarniowy
Suma wartości energetycznych i składników odżywczych za dzień w poszczególnych dietach i normach:								
	Suma dzień	Podstawowa	020	W.En.=8202kJ/1961kcal, Tł.=60,23g, K.tł.=23,93g, Węgl.=289,24g, Cuk.=52,48g, Biał.=82,13g, Sól=4,25g, Sód=1709,09mg, Bł.=8,4g, Chl.=278,2mg	W.En.=8220kJ/1960kcal, Tł.=68,17g, K.tł.=19,95g, Węgl.=262,63g, Cuk.=56,37g, Biał.=87,24g, Sól=3,09g, Sód=1249,69mg, Bł.=10,2g, Chl.=286,4mg	W.En.=10135kJ/2419kcal, Tł.=88,47g, K.tł.=23,41g, Węgl.=339,08g, Cuk.=73,73g, Biał.=85,12g, Sól=2,87g, Sód=1156,99mg, Bł.=10,18g, Chl.=238mg	W.En.=13756kJ/3286kcal, Tł.=95,14g, K.tł.=28,79g, Węgl.=402,19g, Cuk.=67,56g, Biał.=180,63g, Sól=2,87g, Sód=1155,26mg, Bł.=10,57g, Chl.=162,	W.En.=12483kJ/2980kcal, Tł.=115,7g, K.tł.=39g, Węgl.=409,44g, Cuk.=83,54g, Biał.=109,11g, Sól=2,5g, Sód=996,24mg, Bł.=11,37g, Chl.=220,7mg
	Suma dzień	Łatwostrawna	020	W.En.=8584kJ/2054kcal, Tł.=66,03g, K.tł.=25,85g, Węgl.=289,59g, Cuk.=55,28g, Biał.=86,08g, Sól=5,17g, Sód=2079,09mg, Bł.=8,7g, Chl.=278,2mg	W.En.=8622kJ/2058kcal, Tł.=74,12g, K.tł.=21,86g, Węgl.=264,33g, Cuk.=58,42g, Biał.=91,39g, Sól=4g, Sód=1614,19mg, Bł.=10,25g, Chl.=286,4mg	W.En.=9630kJ/2303kcal, Tł.=68,85g, K.tł.=25,23g, Węgl.=338,65g, Cuk.=74,62g, Biał.=92,85g, Sól=3,7g, Sód=1494,84mg, Bł.=9,83g, Chl.=241,6mg	W.En.=13326kJ/3185kcal, Tł.=91,67g, K.tł.=27,99g, Węgl.=377,65g, Cuk.=72,7g, Biał.=178,62g, Sól=3,79g, Sód=1528,56mg, Bł.=12,47g, Chl.=152,6	W.En.=10360kJ/2479kcal, Tł.=84,58g, K.tł.=32,63g, Węgl.=335,72g, Cuk.=81,95g, Biał.=101,62g, Sól=5,02g, Sód=2005,44mg, Bł.=12,31g, Chl.=197,
	Suma dzień	Z ogranicz. łatwo	020	W.En.=7925kJ/1895kcal, Tł.=63,26g, K.tł.=23,75g, Węgl.=254,81g, Cuk.=45,61g, Biał.=86,99g, Sól=3,18g, Sód=1278,94mg, Bł.=7,2g, Chl.=278,2mg	W.En.=8817kJ/2103kcal, Tł.=86,71g, K.tł.=31,25g, Węgl.=229,09g, Cuk.=48,95g, Biał.=107,74g, Sól=2,36g, Sód=975,04mg, Bł.=6,65g, Chl.=353,9mg	W.En.=9753kJ/2329kcal, Tł.=82,71g, K.tł.=24,91g, Węgl.=319,49g, Cuk.=64,06g, Biał.=90,87g, Sól=1,95g, Sód=817,34mg, Bł.=6,88g, Chl.=250mg	W.En.=13220kJ/3158kcal, Tł.=92,91g, K.tł.=30,55g, Węgl.=361,61g, Cuk.=69,68g, Biał.=184,37g, Sól=1,8g, Sód=741,11mg, Bł.=8,52g, Chl.=184,6mg	W.En.=9620kJ/2300kcal, Tł.=86,3g, K.tł.=33,44g, Węgl.=280,98g, Cuk.=67,16g, Biał.=106,79g, Sól=3,15g, Sód=1252,14mg, Bł.=8,71g, Chl.=212,02m

Numeryczne oznaczenie występujących alergenów:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Siarczany	Gorczyca	Jajka	Łubin	Mięczaki	Mleko	Sezam	Orzechy	Orzeszki	Ryby	Seler	Skorupiaki	Soja	Gluten