Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. Sp. z o.o.

# Jadłospis dekadowy od 10.11.2026 r. Do 19.11.2026 r.

## DIETA PODSTAWOWA, DLA KOBIET W CIĄŻY (C01)

| *Data* | *Śniadanie* | *Obiad* | *Podwieczorek* | *Kolacja* | *Kolacja nocna* |
|---|---|---|---|---|---|
| Wtorek 10.11.2026 r. | Płatki owsiane naml/7/**G**(350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Ogonówka (60g)<br>Dżem (1 szt)<br>Papryka czerwona (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Mix sałat (10g) | Zupa pieczarkowa z makaronem/1,7,9/**G**/(350g)<br>Pieczeń z wołowiny w sosie/1/**D**/ (70g/100g)<br>Kasza jęczmienna/1/**G**/(200g)<br>Sałatka z buraków (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Mieszanka królewska G (100g) | Fit sałatka z kaszy gryczanej z fetą, ogórkiem z koprem/7/ **G**/200g | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Pasztet pieczony (50g)<br>Serek twarogowy tartare/7/(1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br>Kawa mleczna/**G**/(250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Rukola (10g) | Sałatka jarzynowa/3,9/ (200g) |
| Środa 11.11.2026 r. | Chlebpszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Kiełbasa śląska (100g)<br>Musztarda (szt)<br>Serek twarogowy haga(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Kawa mleczna/7/ G (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata rzymska (10g) | Rosół z makaronem/1/**G**/(350g)<br>Udkoz kurczaka duszone w sosie własnym/1/**D**/(150/100g)<br>Ziemniaki **G** (200g)<br>Fasolka szparagowa **G** (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Marchewka z groszkiem gotowana **G** (100g) | Koktajl z jogurtu greckiego bananów i truskawek/7/ (200g) | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Filet z indyka (60g)<br>Dżem (1szt)<br>Papryka czerwona(150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Szpinak świeży (10g) | Serek grani/7/(1szt) |

**LISTA ALERGENÓW**: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie zlaktozą) **/ 8/** - orzechy **/ 9/** - seler **/ 10/** - gorczyca **/ 11/** - nasiona sezamu **/ 12/** - siarczany **/ 13/** - łubin **/ 14/** - mięczaki

**LEGENDA**: **D** – duszone **S** - smażone **G** – gotowane **UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywienie dla zdrowia”.**

Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. Sp. z o.o.

# Jadłospis dekadowy od 10.11.2026 r. Do 19.11.2026 r.

## DIETA PODSTAWOWA, DLA KOBIET W CIĄŻY (C01)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Czwartek 12.11.2026 r. | Zacierkagotowana naml/1,7/ **G**/(350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Jaja/3/**G**/(2szt);<br>Majonez/3/(1szt)<br>Ogórek kiszony (150g)<br>Herbata **G** (200g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata masłowa (10g) | Krupnik/1,7,9/**G**(350g)<br>Leczo z kiełbasą(250g)<br>Ziemniaki **G** (200g)<br>Jabłko (160g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Marchewka z groszkiem (100g) | Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Żywiecka (60g)<br>Miód (1szt)<br>Pomidor(150g)<br>Kawamleczna/ **G**/(250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Rukola (10g) | Jogurt owocowy/7/ (1szt) |
| Piątek 13.11.2026 r. | Ryż na mleku/7/**G** (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Szynkowa wieprzowa (60g)<br>Dżem (1szt)<br>Paprykaczerwona (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Sałata rzymska (10g) | Zupa z soczewicy/1,9/**G**/(350g)<br>Ryba z pieca/1,4/*Morszczuk* **P**/ (90g)<br>Ziemniaki **G**(200g)<br>Sałatka z kapusty czerwonej/10/100g<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Kalafior gotowany **G** (100g) | Sałatka z makaronem razowym , rukolą, szynką, suszonymi pomidorami, pesto i serem typu mozzarella /1,3,7/ **G** (200g) | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Polędwica z warzywami (60g)<br>Serek twarogowy haga/7/(1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br>Kawa mleczna/7/ **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Kiełki (10g) | Sok wielowarzywny (1szt) |
| Sobota 14.11.2026 r. | Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Twaróg z zieleniną/7/(100g)<br>Miód (1szt)<br>Sałata (1/10szt)<br>Mandarynka(1szt)<br>Kawa mleczna/7/**G**/(250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Sałata masłowa (10g) | Barszcz czerwony/1,7,9/ **G**(350g)<br>Schab w sosie własnym/1/ **D** (70g/100g)<br>Ziemniaki **G**(200g)<br>Mieszanka królewska **G** (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Surówka z marchewki i selera/7,9/(100g) | Galaretka owocowa/**G** (200g) | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Parówka z szynki **G**/(100g)<br>Musztarda/10/(1 szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Gruszka (1szt) | Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt) |

**LISTA ALERGENÓW**: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie zlaktozą) **/ 8/** - orzechy **/ 9/** - seler **/ 10/** - gorczyca **/ 11/** - nasiona sezamu **/ 12/** - siarczany **/ 13/** - łubin **/ 14/** - mięczaki

**LEGENDA**: **D** – duszone **S** - smażone **G** – gotowane **UWAGA!Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowypotraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywienie dla zdrowia”.**

Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. Sp. z o.o.

# Jadłospis dekadowy od 10.11.2026 r. Do 19.11.2026 r.

## DIETA PODSTAWOWA, DLA KOBIET W CIĄŻY (C01)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Niedziela 15.11.2026 r. | Chlebpszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Jaja/3/**G** (2szt)<br>Majonez/3/(1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Kawa mleczna/7/ **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Roszponka (10g) | Zupa ogórkowa zziemniakami/ 1,7,9/ **G** (350g)<br>Zraz w sosie pieczeniowym/1,3/**D** (80/100g)<br>Ziemniaki **G** (200g)<br>Surówka wielowarzywna/7,9,10/ (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Brokuł **G** (100g) | Sok pomidorowy(1szt) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Ogonówka (60g)<br>Dżem (1szt)<br>Papryka czerwona (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Rukola (10g) | Jogurt pitny owocowy (1szt) |

**LISTA ALERGENÓW**: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie zlaktozą) **/ 8/** - orzechy **/ 9/** - seler **/ 10/** - gorczyca **/ 11/** - nasiona sezamu **/ 12/** - siarczany **/ 13/** - łubin **/ 14/** - mięczaki

**LEGENDA**: **D** – duszone **S** - smażone **G** – gotowane **UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywienie dla zdrowia”.**

Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. Sp. z o.o.

# Jadłospis dekadowy od 10.11.2026 r. Do 19.11.2026 r.

## DIETA PODSTAWOWA, DLA KOBIET W CIĄŻY (C01)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Poniedziałek 16.11.2026 r. | Kasza kukurydziana na mleku/ 1,7/**G**(350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Schab kruchy (60g)<br>Serek twarogowy haga/**7**/ (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata owocowa **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Roszponka (10g) | Zupa jarzynowa /1,7,9/**G/** 350g<br>Gulasz segetyński/**S,D,G**/250g<br>Ziemniaki **G** (200g)<br>Pomarańcz (1 szt)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Groszek **G** (100g) | Skyrnik z owocami/7/ (100g) | Chlebpełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Serżółty/7/(60g)<br>Miód (1szt)<br>Sałatarzymska (10g)<br>Jabłko (160g)<br>Kawa mleczna/7/ **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Szpinak świeży (10g) | Sałatka rybna/łosoś atlantycki/1,4/ (125g) |
| Wtorek 17.11.2026 r. | Kaszajaglana na ml /7/ **G** (350g)<br>Chlebpszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Polędwica sopocka (60g)<br>Serek twarogowy tartare/7/ (1szt)<br>Ogórek świeży (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Sałata masłowa (10g) | Zupakoperkowa/1,7,9/ **G**(350g)<br>Gołąbki/**G**/(1szt)<br>Sos pomidorowy/1/**G**(150g)<br>Ziemniaki **G** (200g)<br>Mandarynka (1 szt)<br>Kompotśliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Brokuł **G** (100g) | Chałka drożdżowa z dżemem/1,3,7/(100 g) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Pasta ztwarogu i makreli/4,7/ (100g)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Mix sałat (10g) | Chleb pszenno-żytni/1/ (50g)<br>Masło naturalne/7/(10g)<br>Filet z indyka (60g)<br>Ogórek kiszony (150g) |
| Środa 18.11.2026 r. | Ryż na ml/1,3,7/**G** (350g)<br>Chlebpszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Pasta mięsna (100g)<br>Rzodkiew (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Szynkowa wieprzowa (60g) | Zupa grochowa/1,7,9/ **G**<br>350g Rumsztyk rybny z cebulą/1,3,4/**S/**(90g)<br>Ziemniaki **G** (200g)<br>Sałatka zogórka kiszonego, papryki i cebuli (100g)<br>Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Fasolka szparagowa **G** (100g) | Tortilla pełnoziarnista z kurczakiem i warzywami/1,3,7**/S/**( 1 szt) | Chleb pełnoziarnisty 1/(100g)<br>Masło naturalne/7/ (15g)<br>Schab faszerowany (60g)<br>Serek topiony lactima/7/(1szt)<br>Papryka czerwona (150g)<br>Kawa mleczna/7/ **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Rukola (10g) | Mix sałat z kurczakiem, pomidorkami koktajlowymi, serem feta i oliwą z oliwek/7/(100g) |

**LISTA ALERGENÓW**: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie zlaktozą) **/ 8/** - orzechy **/ 9/** - seler **/ 10/** - gorczyca **/ 11/** - nasiona sezamu **/ 12/** - siarczany **/ 13/** - łubin **/ 14/** - mięczaki

**LEGENDA**: **D** – duszone **S** - smażone **G** – gotowane **UWAGA! Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywienie dla zdrowia”.**

Wielospecjalistyczny Szpital Wojewódzki w Gorzowie Wlkp. Sp. z o.o.

# Jadłospis dekadowy od 10.11.2026 r. Do 19.11.2026 r.

## DIETA PODSTAWOWA, DLA KOBIET W CIĄŻY (C01)

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Czwartek 19.11.2026 r | Makaronna ml /1,3,7/ **G** (350g)<br>Chleb pszenno-żytni/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Jaja/3/**G**(2szt); Majonez/3/ (1szt)<br>Pomidor (150g)<br>Herbata **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Sałata karbowana (10g);<br>Szynkowa drobiowa (60g) | Żurek/1,7,9/ **G** (350g)<br>Wątróbka drobiowa zcebulai z jabłkiem/**S**/(100g)<br>Ziemniaki **G**(200g)<br>Surówka z kapusty czerwonej (100g)<br>Kompotśliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Brokuł **G** (100g) | Kluski leniwe z masłem cynamonowym /1,3,7/ **G** (250g) | Chleb pełnoziarnisty/1/(100g)<br>Masło naturalne/7/(15g)<br>Ogonówka (60g)<br>Papryka czerwona (150g)<br>Kawa mleczna/7/ **G**(250g)<br><br>**DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:**<br>Sałata lodowa (10g) | Chleb pszenno-żytni/1/ (50g)<br>Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (100g) |

Jakub Bączek

Podpis cyfrowy: Jakub Bączek
DN: DC=LOCAL, DC=SZPITAL, OU=Organizacja, OU=Dekerta, OU=Dzialy, OU=Dział Żywienia-334, CN=Jakub Bączek
Powód: Jestem autorem tego dokumentu
Lokalizacja: miejsce podpisania
Data: 2026.11.02 10:39:57+01'00'
WSzW wGorzowieWlkp.Wersja: 10.1.3

**LISTA ALERGENÓW**: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie zlaktozą) **/ 8/** - orzechy **/ 9/** - seler **/ 10/** - gorczyca **/ 11/** - nasiona sezamu **/ 12/** - siarczany **/ 13/** - łubin **/ 14/** - mięczaki

**LEGENDA**: **D** – duszone **S** - smażone **G** – gotowane **UWAGA!Jadłospis może ulec zmianie!**

**UWAGA! Skład surowcowy potraw znajduje się na stronie internetowej w zakładce „Żywienie dla zdrowia”.**