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

Jadłospis dekadowy od 10.11.2026 r. Do 19.11.2026 r.

DIETA Z OGR. WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH, DLA KOBIET W CIĄŻY (C03)

Data	*Śniadanie*	*Obiad*	*Podwieczorek*	*Kolacja*	*Kolacja nocna*
Wtorek 10.11.2026 r.	Skyr naturalny/7/(1szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ogonówka (60g) Serek topiony lactima (1 szt) Papryka czerwona (150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY**: Mix sałat (10g)	Zupa pieczarkowa z makaronem/1,7,9/**G**/ (350g) Pieczeń z wołowiny w sosie/1/**D**/ (70g/100g) Kasza jęczmienna/1/**G**/(200g) Surówka z kapusty kiszonej i marchewki (100g) Kompot śliwkowo- porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Mieszanka królewska **G** (100g)	Fit sałatka z kaszy gryczanej z fetą, ogórkiem z koprem/7/ **G**/(200g)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasztet pieczony (50g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Ogórek świeży (150g) Kawa mleczna/**G**/(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Rukola (10g)	Sałatka jarzynowa/3,9/ (200g)
Środa 11.11.2026 r.	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Kiełbasa śląska (100g) Musztarda (1szt) Serek twarogowy haga (1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ G (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata rzymska (10g)	Rosół z makaronem/1/**G**/(350g) Udko z kurczaka duszone w sosie własnym/1/**D**/(150/100g) Ziemniaki **G** (200g) Fasolka szparagowa **G** (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Marchewka z groszkiem gotowana **G** (100g)	Koktajl z jogurtu greckiego i truskawek bez cukru/7/(200g)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Filet z indyka (60g) Ser żółty/7/(1szt) Papryka czerwona(150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** 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 z laktozą) **/ 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 Z OGR. WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH, DLA KOBIET W CIĄŻY (C03)

Czwartek 12.11.2026 r.	Maślanka/7/(1 szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/**G**/(2szt); Majonez/3/(1szt) Ogórek kiszony (150g) Herbata **G** (200g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata masłowa (10g)	Krupnik/1,7,9/**G**(350g) Leczo z kiełbasą (250g) Ziemniaki **G** (200g) Jabłko (160g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Marchewka z groszkiem (100g)	Serek homogenizowany naturalny/7/(1szt)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Żywiecka (60g) Serek twarogowy tartare/7/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/**G**/(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Rukola (10g)	Jogurt naturalny/7/ (1szt)
Piątek 13.11.2026 r.	Kefir/7/(1szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Szynkowa wieprzowa (60g) Ser żółty/7/(60g) Papryka czerwona (150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata rzymska (10g)	Zupa z soczewicy/1,9/**G**/(350g) Ryba z pieca/1,4/*Morszczuk* **P**/ (90g) Ziemniaki **G**(200g) Sałatka z kapusty czerwonej/10/100g Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Kalafior gotowany **G** (100g)	Sałatka z makaronem razowym , rukolą, szynką, suszonymi pomidorami, pesto i serem typu mozzarella /1,3,7/ **G** (200g)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica z warzywami (60g) Serek twarogowy haga/7/(1 szt) Ogórek świeży (150g) Kawa mleczna/7/ **G**(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Kiełki (10g)	Sok wielowarzywny (1szt)
Sobota 14.11.2026 r.	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Twaróg z zieleniną/7/(100g) Sałata (1/10szt) Mandarynka (1 szt) Kawa mleczna/7/**G**/(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata masłowa (10g)	Barszczczerwony/1,7,9/ **G**(350g) Schab w sosie własnym/1/ **D** (70g/100g) Ziemniaki **G**(200g) Mieszanka królewska **G** (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Surówka z marchewki i selera/7,9/(100g)	Jogurt naturalny/7/(1szt) Jabłko (1szt)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Parówka z szynki **G**/(100g) Musztarda/10/(1szt) Pomidor (150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** 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 z laktozą) **/ 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 Z OGR. WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH, DLA KOBIET W CIĄŻY (C03)

Niedziela 15.11.2026 r.	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Jaja/3/**G** (2szt) Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Kawa mleczna/7/ **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Roszponka (10g)	Zupa ogórkowa z ziemniakami/ 1,7,9/ **G** (350g) Zraz w sosie pieczeniowym/1,3/**D** (80/100g) Ziemniaki **G** (200g) Surówka wielowarzywna/7,9,10/ (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Brokuł **G** (100g)	Sok pomidorowy (1szt)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ogonówka (60g) Serek topiony lactima/7/(1 szt) Papryka czerwona (150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Rukola (10g)	Skyr pitny naturalny/7/(1szt)

LISTA ALERGENÓW: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie z laktozą) **/ 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 Z OGR. WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH, DLA KOBIET W CIĄŻY (C03)

Poniedziałek 16.11.2026 r.	Serek grani/7/(1szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Schab kruchy (60g) Serek twarogowy haga/**7**/(1szt) Pomidor (150g) Herbata owocowa **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Roszponka (10g)	Zupa jarzynowa /1,7,9/**G/** 350g Gulasz segetyński/**S,D,G**/250g Ziemniaki **G** (200g) Pomarańcz (1 szt) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Groszek **G** (100g)	Skyrnik z owocami/7/ (100g)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ser żółty/7/(60g) Szynkowa drobiowa(60g) Sałata rzymska (10g) Jabłko (160g) Kawa mleczna/7/ **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Szpinak świeży (10g)	Sałatka rybna/śledź atlantycki/3,,4,10/ (150g)
Wtorek 17.11.2026 r.	Maślanka/7/(1szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Polędwica sopocka (60g) Serek twarogowy tartare/7/ (1szt) Ogórek świeży(150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata masłowa (10g)	Zupa koperkowa/1,7,9/ **G**(350g) Gołąbki/**G**/(1szt) Sos pomidorowy/1/**G**(150g) Ziemniaki **G** (200g) Mandarynka (1szt) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Brokuł **G** (100g)	Bułka razowa z masłem, serem żółtymi rukolą/1,7/ (1szt)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta z twarogu i makreli/4,7/ (100g) Pomidor (150g) Herbata **G**(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata (10g)	Chleb razowy/1/ (50g) Masło naturalne/7/(10g) Filet z indyka (60g) Ogórek kiszony (150g)
Środa 18.11.2026 r.	Serek grani/7/(1 szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Pasta mięsna (100g) Rzodkiew (150g) Herbata **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Szynkowa wieprzowa (60g)	Zupa grochowa/1,3,9/ **G** 350g Rumsztyk rybny z cebulą/1,3,4/**S/**(90g) Ziemniaki **G** (200g) Sałatka z ogórka kiszonego, papryki i cebuli (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Fasolka szparagowa **G** (100g)	Tortilla pełnoziarnista z kurczakiem i warzywami/1,3,7/**S**/(1szt)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/ (15g) Schab faszerowany (60g) Serek topiony lactima/7/(1szt) Papryka czerwona (150g) Kawa mleczna/7/ **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** 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 z laktozą) **/ 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 Z OGR. WĘGLOWODANÓW ŁATWOPRZYSWAJALNYCH, DLA KOBIET W CIĄŻY (C03)

Czwartek 19.11.2026 r	Jogurt naturalny/7/(1szt) Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Jaja/3/**G**(2szt);Majonez/3/(1szt) Pomidor (150g) Herbata **G**(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata karbowana (10g); Szynkowa drobiowa (60g)	Żurek/1,7,9/ **G** (350g) Wątróbka drobiowa zcebulą i z jabłkiem/**S**/(100g) Ziemniaki **G**(200g) Surówka z kapusty czerwonej (100g) Kompot śliwkowo-porzeczkowo-truskawkowy **G** (250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Brokuł **G** (100g)	Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi, uprażonym słonecznikiem i serem typu feta/7/(200g)	Chleb razowy/1/(100g) Masło naturalne/7/(15g) Ogonówka (60g) Papryka czerwona (150g) Kawa mleczna/7/ **G**(250g) **DODATEK KOBIETY W CIĄŻY:** Sałata lodowa (10g)	Chleb razowy/1/ (50g) 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:
Data: 2026.11.09 09:53:24 +01'00'
WSzW w Gorzowie Wlkp. Wersja: 2025.2.0

LISTA ALERGENÓW: **/ 1/** - gluten **/ 2/** - skorupiaki **/ 3/** - jajka **/ 4/** - ryby **/ 5/** - orzeszki ziemne **/ 6/** - soja **/ 7/** - mleko i produktypochodne(łącznie z laktozą) **/ 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”.