

Jadłospis na dzień 10.05.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2230 kcal B 112 g T 86.3 g NKT 23.3 g W 256 g C 38.8 g BI 25 g Sód 1500 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2020 kcal B 113.7 g T 61.2 g NKT 21.7 g W 259 g C 38.2 g BI 25.5 g Sód 1520 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNOŚCI WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATA JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2210 kcal B 108.8 g T 89.8 g NKT 19.7 g W 256 g C 25.9 g BI 25.3 g Sód 1620 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU D05	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2020 kcal B 113.8 g T 61.2 g NKT 21.6 g W 259.5 g C 28.4 g BI 25.6 g Sód 1520 mg	
DIETA PAPKOWATA D11	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 1840 kcal B 96.3 g T 53.9 g NKT 23.5 g W 248 g C 43 g BI 24 g Sód 1080 mg	
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KOTLET ZIEMNIACZANY PIECZONY W SOSIE ziemniaki, jajka, mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2290 kcal B 106.4 g T 81.4 g NKT 22.1 g W 289 g C 39.3 g BI 25 g Sód 1550 mg	

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIĄŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalambar, marchew, olej rzepakowy, słonecznik ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> DŻEM NISKOSŁODZONY	E 2560 kcal B 120 g T 102 g NKT 26.4 g W 300 g C 55.4 g BI 27 g Sód 1480 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	E 1830 kcal B 98 g T 84 g NKT 23.8 g W 176 g C 42.8 g BI 13.6 g Sód 1120 mg

• **Legenda do wartości odżywczych:** E – Energia, B – białko, T – tłuszcz, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, BI – błonnik.

• **Alergeny:** W zakładzie stosuje się produkty zawierające alergeny: zboża zawierające gluten, mleko krowie i pochodne, jaja i pochodne, ryby i pochodne, soja i pochodne, seler, gorczyca, sezam, skorupiaki, orzechy, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, orzeszki ziemne, mięczaki. Śladowe ilości tych alergenów mogą znaleźć się w potrawach oraz wg informacji od producenta w przyprawach, wędlinach, sałatkach rybnych i pasztetach. (dokładny skład ww produktów w dziale żywienia).

• *Istnieje możliwość zmian w jadłospisie z przyczyn niezależnych od kuchni szpitalnej*