

Jadłospis na dzień 01.06.2026

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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIANKI GOTOWANE FILET DROBIOWY SMAŻONY W PANIERCE filet z piersi kurczaka, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , olej rzepakowy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 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> PASTA JAJECZNO-TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u> , <u>jajka</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 2080 kcal B 123.5 g T 64.4 g NKT 24.3 g W 260 g C 51.5 g BI 28.4 g Sód 2010 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA MARCHWIANKA woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy ZIEMNIANKI GOTOWANE FILET DROBIOWY GOTOWANY FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PASTA JAJECZNO-TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u> , <u>jajka</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SALATA BANAN NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO PIECZONE	E 1920 kcal B 116 g T 43.6 g NKT 17.2 g W 275 g C 63.9 g BI 29.5 g Sód 1900 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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 SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIANKI GOTOWANE FILET DROBIOWY GOTOWANY FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 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> PASTA JAJECZNO-TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u> , <u>jajka</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SALATA	E 1860 kcal B 131 g T 51.9 g NKT 22.3 g W 228 g C 29.1 g BI 22.8 g Sód 20101 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	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA MARCHWIANKA woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>FILET DROBIOWY GOTOWANY</p> <p>FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA JAJECZNO-TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u>, jajka, <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>SALATA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JABŁKO PIECZONE	<p>E 1840 kcal</p> <p>B 115 g</p> <p>T 43.4 g</p> <p>NKT 17.1 g</p> <p>W 256 g</p> <p>C 48.8 g</p> <p>BI 28.4 g</p> <p>Sód 1900 mg</p>
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>ZUPA MARCHWIANKA woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>FILET DROBIOWY GOTOWANY</p> <p>FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA JAJECZNO-TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u>, jajka, <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u></p> <p>WEDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>SALATA</p> <p>BANAN</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	BUDYŃ mleko, skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	<p>E 2050 kcal</p> <p>B 126.6 g</p> <p>T 48.4 g</p> <p>NKT 20.4 g</p> <p>W 286 g</p> <p>C 69.6 g</p> <p>BI 26.6 g</p> <p>Sód 2010 mg</p>
DIETA PAPKOWATA D11	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>FILET DROBIOWY GOTOWANY</p> <p>WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł</p> <p>KOMPOT</p>	<p>ZUPA MARCHWIANKA woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	<p>E 1800 kcal</p> <p>B 90.4 g</p> <p>T 45.7 g</p> <p>NKT 21.1 g</p> <p>W 258 g</p> <p>C 56.7 g</p> <p>BI 29.4 g</p> <p>Sód 1230 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB ŻYJNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA GARDIOLE PUR woda, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>KOTLET Z CUKINII W SOSIE Cukinia, marchew, pietruszka korzeń, jajka, bułka tarta - z <u>pszenicy</u>, mąka <u>pszenna</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYJNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA JAJECZNO-TWAROGOWA twaróg – z <u>mleka</u>, jajka, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, ogórek kiszony</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JABŁKO	<p>E 1970 kcal</p> <p>B 102 g</p> <p>T 56.7 g</p> <p>NKT 24.2 g</p> <p>W 273 g</p> <p>C 57.5 g</p> <p>BI 31.7 g</p> <p>Sód 2020 mg</p>

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 <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTN I 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory DŻEM NISKOSŁODZONY POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosolowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET DROBIOWY SMAŻONY W PANIERCE filet z piersi kurczaka, jajka, mąka <u>pszenna</u> , olej rzepakowy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYTN I 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> PASTA JAJECZNO- TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u> , jajka, <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTN I 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SALATA	E 2180 kcal B 122 g T 61.7 g NKT 22 g W 292 g C 54.3 g BI 27.9 g Sód 1500 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTN I 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosolowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET DROBIOWY SMAŻONY W PANIERCE filet z piersi kurczaka, jajka, mąka <u>pszenna</u> , olej rzepakowy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYTN I 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> PASTA JAJECZNO- TWAROGOWA Z TUŃCZYKIEM twaróg – z <u>mleka</u> , jajka, <u>tuńczyk</u> w oleju, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 1500 kcal B 97.2 g T 52.9 g NKT 19.8 g W 167 g C 41.5 g BI 20 g Sód 1630 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, lubin, 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*