

Jadłospis na dzień 10.06.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana CHLEB ŻYJNI 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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , owoce KOMPOT	CHLEB ŻYJNI 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> SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z jaj, czosnek NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 2380 kcal B 98.2 g T 64.8 g NKT 24.7 g W 361 g C 62 g BI 28.5 g Sód 1900 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , owoce KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM LEKKA kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, pomidor, kukurydza konserwowa, majonez- z jaj NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO PIECZONE	E 2380 kcal B 98 g T 26.8 g NKT 24.7 g W 361 g C 62 g BI 28.5 g Sód 1900 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYJNI 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> przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY	ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON PEŁNOZIARNISTY Z TWAROGIEM makaron pełnoziarnisty – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> KOMPOT	CHLEB ŻYJNI 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> SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z jaj, czosnek NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYJNI 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SALATA	E 2380 kcal B 116 g T 66.6 g NKT 22.5 g W 342 g C 36.6 g BI 25.8 g Sód 1900 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>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u>, woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana</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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u>, twaróg – z <u>mleka</u>, jogurt naturalny – z <u>mleka</u>, sól, pieprz</p> <p>SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, owoce</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>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM LEKKA kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, pomidor, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u></p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JABŁKO PIECZONE	<p>E 2350 kcal</p> <p>B 99.3 g</p> <p>T 60.7 g</p> <p>NKT 21.2 g</p> <p>W 362 g</p> <p>C 62 g</p> <p>BI 28.5 g</p> <p>Sód 1900 mg</p>
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	<p>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u>, woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana</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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	<p>ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u>, twaróg – z <u>mleka</u>, jogurt naturalny – z <u>mleka</u>, sól, pieprz</p> <p>SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, owoce</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u></p> <p>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM LEKKA kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, pomidor, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u></p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JABŁKO PIECZONE	<p>E 2530 kcal</p> <p>B 113 g</p> <p>T 71.8 g</p> <p>NKT 29.3 g</p> <p>W 368 g</p> <p>C 66.3 g</p> <p>BI 28.5 g</p> <p>Sód 1990 mg</p>
DIETA PAPKOWATA D11	<p>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u>, woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana</p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u>, twaróg – z <u>mleka</u>, jogurt naturalny – z <u>mleka</u>, sól, pieprz</p> <p>SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, owoce</p> <p>KOMPOT</p>	<p>ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JABŁKO PIECZONE	<p>E 2020 kcal</p> <p>B 80.4 g</p> <p>T 41.5 g</p> <p>NKT 18.9 g</p> <p>W 361 g</p> <p>C 39.2 g</p> <p>BI 25.8 g</p> <p>Sód 1100 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u>, woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana</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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA BURACZKOWA PUR woda, buraki, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u>, twaróg – z <u>mleka</u>, jogurt naturalny – z <u>mleka</u>, sól, pieprz</p> <p>SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, owoce</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>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u></p> <p>SALATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	JABŁKO	<p>E 2290 kcal</p> <p>B 107.4 g</p> <p>T 51.5 g</p> <p>NKT 25.6 g</p> <p>W 359 g</p> <p>C 64.8 g</p> <p>BI 26.7 g</p> <p>Sód 1660 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	ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY	ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , owoce 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u> , czosnek NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNI 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SALATA	E 2760 kcal B 140 g T 77.9 g NKT 31.6 g W 382 g C 53.6 g Bl 27.7 g Sód 1490 mg
DIETA DLA DZIECI	ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON Z TWAROGIEM makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz SOS OWOCOWY Jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , owoce 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> DŻEM NISKOSŁODZONY SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u> , czosnek NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 1800 kcal B 74.5 g T 52.6 g NKT 20.4 g W 266 g C 61.2 g Bl 20.9 g Sód 1280 mg

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