Jadłospis na dzień 13.07.2026

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 pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA SZCZAWIOWA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, szczaw, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PARÓWKA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO**	**E** 2130 kcal **B** 99.6 g **T** 79.4 g **NKT** 25.7 g **W** 265 g **C** 52.4 g **Bł** 33.4 g **Sód** 2100 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA MARCHWIANKA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PARÓWKA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO PIECZONE**	**E** 2120 kcal **B** 99.8 g **T** 77.8 g **NKT** 25 g **W** 268 g **C** 52.6 g **Bł** 34.5 g **Sód** 2100 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**ZUPA SZCZAWIOWA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, szczaw, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **PARÓWKA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **MASŁO EKSTRA** z mleka **PASTA Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SAŁATA**	**E** 2190 kcal **B** 97.3 g **T** 89.9 g **NKT** 27.2 g **W** 266 g **C** 35.3 g **Bł** 36.2 g **Sód** 2100 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU D05	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA MARCHWIANKA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO PIECZONE**	**E** 1800 kcal **B** 99 g **T** 41.1 g **NKT** 13.1 g **W** 265 g **C** 51.4 g **Bł** 30.7 g **Sód** 1928 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**KOKTAJL OWOCOWY** jogurt naturalny - z mleka, banan	**ZUPA MARCHWIANKA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **TWARÓŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **PARÓWKA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO**	**E** 2170 kcal **B** 107.6 g **T** 66.1 g **NKT** 20 g **W** 302 g **C** 77.3 g **Bł** 38.4 g **Sód** 2020 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **MASŁO EKSTRA** z mleka **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **CUKINIA GOTOWANA** **KOMPOT**	**ZUPA MARCHWIANKA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **SEREK TARTARE** z mleka **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO PIECZONE**	**E** 1940 kcal **B** 110.8 g **T** 54.7 g **NKT** 21.7 g **W** 264 g **C** 59.3 g **Bł** 31 g **Sód** 1370 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA MARCHWIANKA PUR** woda, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy **PYZY ZIEMNIACZANE** woda, grysik ziemniaczany, skrobia ziemniaczana, sól, mąka ryżowa **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO**	**E** 2280 kcal **B** 81 g **T** 75.7 g **NKT** 21 g **W** 355 g **C** 56.8 g **Bł** 43 g **Sód** 1800 mg
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIĄŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**ZUPA SZCZAWIOWA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, szczaw, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **TWARÓG** z mleka **DŻEM NISKOSŁODZONY** **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **MASŁO EKSTRA** z mleka **PASTA Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SAŁATA**	**E** 2300 kcal **B** 111 g **T** 70 g **NKT** 23.2 g **W** 319 g **C** 62.3 g **Bł** 38.6 g **Sód** 1800 mg
DIETA DLA DZIECI	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA SZCZAWIOWA** woda, porcje rosołowe, marchew, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, szczaw, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI** pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **SURÓWKA Z SELERA** seler, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PARÓWKA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO**	**E** 1690 kcal **B** 85.2 g **T** 74.6 g **NKT** 23.6 g **W** 180 g **C** 44 g **Bł** 26 g **Sód** 1800 mg

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