Jadłospis na dzień 16.07.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY** Ciecierzyca, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **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 **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**JABŁKO**	**E** 1820 kcal **B** 70.4 g **T** 48.9 g **NKT** 16.4 g **W** 284 g **C** 47.8 g **Bł** 34.7 g **Sód** 1980 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **SAŁATA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JAGLANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**JABŁKO PIECZONE**	**E** 1700 kcal **B** 62.4 g **T** 41.5 g **NKT** 17 g **W** 247 g **C** 46 g **Bł** 30.2 g **Sód** 1990 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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO**	**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY** Ciecierzyca, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **SAŁATA**	**E** 1910 kcal **B** 83.9 g **T** 55.5 g **NKT** 20.3 g **W** 284 g **C** 41.4 g **Bł** 33.2 g **Sód** 1990 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	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **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 **DŻEM NISKOSŁODZONY** **SAŁATA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JAGLANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka	**E** 1700 kcal **B** 72.8 g **T** 35.7 g **NKT** 11.5 g **W** 245 g **C** 44.3 g **Bł** 27.7 g **Sód** 1980 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **SAŁATA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JAGLANA GOTOWANA** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**JABŁKO PIECZONE** **SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka	**E** 1970 kcal **B** 109 g **T** 49.6 g **NKT** 18.6 g **W** 257 g **C** 50.3 g **Bł** 30.2 g **Sód** 2050 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **MASŁO EKSTRA** z mleka **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**KASZA JAGLANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**JABŁKO PIECZONE** **JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 1750 kcal **B** 77.8 g **T** 42.7 g **NKT** 20.4 g **W** 235 g **C** 51 g **Bł** 30.8 g **Sód** 1300 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KOPERKOWA PUR** woda, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY** Ciecierzyca, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **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 **PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM** jajka, majonez - z jaj, szczypiorek, przyprawy **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**JABŁKO**	**E** 2030 kcal **B** 84.7 g **T** 66.4 g **NKT** 34.8 g **W** 285 g **C** 47.8 g **Bł** 34.8 g **Sód** 2000 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	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **JABŁKO**	**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY** Ciecierzyca, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **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 **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **SAŁATA**	**E** 2160 kcal **B** 91.9 g **T** 60.9 g **NKT** 23.2 g **W** 322 g **C** 52.3 g **Bł** 36.6 g **Sód** 1450 mg
DIETA DLA DZIECI	**PŁATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU** mleko, płatki kukurydziane **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK TARTARE** z mleka **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KOPERKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY** Ciecierzyca, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **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 **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **POMIDOR** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**SOK OWOCOWY**	**E** 1500 kcal **B** 57 g **T** 44.9 g **NKT** 15.8 g **W** 219.8 g **C** 58.8 g **Bł** 23.1 g **Sód** 1520 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*