

Jadłospis na dzień 14.08.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA 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 ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1900 kcal B 113 g T 63 g NKT 16.4 g W 230 g C 45 g Bł 29.5 g Sód 1764 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</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 mięso wieprzowe, 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		ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1890 kcal B 112 g T 63 g NKT 16.4 g W 229 g C 45 g Bł 28.9 g Sód 1760 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI LEKKI 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 ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 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 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 PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA 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> SALATA	E 1990 kcal B 123 g T 62.8 g NKT 12.6 g W 250 g C 29.5 g Bł 30.6 g Sód 1800 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	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</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 mięso wieprzowe, 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		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 RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1900 kcal B 112 g T 63 g NKT 16.4 g W 229 g C 45 g BI 28.9 g Sód 1790 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</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 mięso wieprzowe, 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	BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	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 RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2150 kcal B 127.9 g T 71.6 g NKT 21.4 g W 260 g C 62.3 g BI 29.3 g Sód 1950 mg
DIETA PAPKOWATA D11	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> <u>JAJKO</u> GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosolowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, 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 NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1800 kcal B 116 g T 55 g NKT 17.7 g W 193 g C 50 g BI 25 g Sód 1200 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> 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> DŻEM NISKOSŁODZONY TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE PUR woda, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> <u>JAJKO</u> GOTOWANE PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1995 kcal B 108 g T 69 g NKT 18.2 g W 234 g C 58 g BI 30 g Sód 1580 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	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> , CHLEB ŻYTNÍ 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 TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI LEKKI 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 RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYTNÍ 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> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNÍ 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	E 2190 kcal B 132 g T 71 g NKT 17.5 g W 265 g C 41.5 g Bł 31.8 g Sód 1500 mg
DIETA DLA DZIECI	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> , CHLEB ŻYTNÍ 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 TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA 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 RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYTNÍ 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> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1530 kcal B 100 g T 58 g NKT 14.2 g W 158 g C 36 g Bł 22.8 g Sód 1300 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, 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*