

Jadłospis na dzień 19.08.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA Z CIECIERZYCY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ciecierzycza, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszk korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA RYBNA Z TWAROGIEM <u>makrela</u> wędzona, twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 1970 kcal B 97 g T 53 g NKT 21.6 g W 287 g C 49 g Bł 33.2 g Sód 2050 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA Z TUŃCZYKIEM I TWAROGIEM <u>tuńczyk</u> , twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO PIECZONE	E 2050 kcal B 109 g T 51 g NKT 20.9 g W 3000 g C 47 g Bł 33.2 g Sód 2040 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNOŚCI WĘGLOWODANÓW D03	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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SALATKA Z SEREM MOZZARELLA sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z <u>mleka</u> , olej rzepakowy, przyprawy	ZUPA Z CIECIERZYCY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ciecierzycza, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ BRAZOWY GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszk korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY 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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA RYBNA Z TWAROGIEM <u>makrela</u> wędzona, twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz 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> SALATA	E 2030 kcal B 102.9 g T 60.6 g NKT 20.6 g W 283 g C 34.8 g Bł 30.6 g Sód 2060 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	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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 SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY 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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA Z TUŃCZYKIEM I TWAROGIEM <u>tuńczyk</u> , twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO PIECZONE	E 2000 kcal B 112 g T 42.9 g NKT 13.9 g W 302 g C 47 g BI 33.2 g Sód 2050 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	KOKTAJL OWOCOWY jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , banan	ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA Z TUŃCZYKIEM I TWAROGIEM <u>tuńczyk</u> , twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2260 kcal B 125.3 g T 55.6 g NKT 23.6 g W 327 g C 62.9 g BI 34.5 g Sód 1980 mg
DIETA PAPKOWATA D11	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , kasza manna - z <u>pszenicy</u> JAJKO GOTOWANE SEREK TARTARE z <u>mleka</u> NAPAR Z CZARNEJ HERBATY BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii		RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY KOMPOT	ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO PIECZONE	E 2270 kcal B 109 g T 66.8 g NKT 27.3 g W 322 g C 77.6 g BI 32 g Sód 1360 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA Z CIECIERZYCY PUR woda, ziemniaki, ciecierzycza, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY 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> JAJKO GOTOWANE PASTA PIECZARKOWA Z KASZĄ kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , pieczarki, cebula, olej rzepakowy, przyprawy OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 2000 kcal B 86.3 g T 54 g NKT 20.2 g W 303 g C 47.2 g BI 35.8 g Sód 1770 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	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SALATKA Z SEREM MOZZARELLA sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z <u>mleka</u> , olej rzepakowy, przyprawy	ZUPA Z CIECIERZICY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ciecierzycza, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA Z TUŃCZYKIEM I TWAROGIEM <u>tuńczyk</u> , twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz 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> SALATA	E 2140 kcal B 107 g T 60.6 g NKT 22.2 g W 301 g C 36.3 g Bł 33.3 g Sód 1550 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA Z CIECIERZICY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ciecierzycza, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, przyprawy ziołowe, pieprz, sól RYŻ GOTOWANY POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy BROKUŁ GOTOWANY KOMPOT GRUSZKA	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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA RYBNA Z TWAROGIEM <u>makrela</u> wędzona, twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JABŁKO	E 1530 kcal B 62.4 g T 47.5 g NKT 20.5 g W 204 g C 53 g Bł 26.8 g Sód 1540 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 za przyczyn niezależnych od kuchni szpitalnej*