

Jadłospis na dzień 20.08.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory RZODKIEWKA POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY czerwona kapusta, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> KOPYTKA GOTOWANE W SOSIE PIECZARKOWYM ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , <u>jajka</u> , pieczarki, przyprawy SALAATKA Z SALATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria	SOK OWOCOWY	E 2150 kcal B 95.7 g T 57.4 g NKT 19.3 g W 323 g C 82 g Bi 32.2 g Sód 1820 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</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 MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA Z SELERA <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> KOPYTKA GOTOWANE W LEKKIM SOSIE ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , <u>jajka</u> , przyprawy SALAATKA Z SALATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria	SOK OWOCOWY	E 2050 kcal B 95.4 g T 46.2 g NKT 17.7 g W 329 g C 81.7 g Bi 39 g Sód 1930 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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 SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory RZODKIEWKA POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> GRUSZKA	ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY czerwona kapusta, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól 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 SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALAATKA Z SALATY LODOWEJ I JAJKA sałata lodowa, <u>jajko</u> , pomidor, papryka, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , przyprawy 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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> SALAATA	E 2040 kcal B 106.9 g T 66.9 g NKT 24.2 g W 265 g C 48.6 g Bi 32 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	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</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 MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA Z SELERA <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól 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 SAŁATKA Z SAŁATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria	SOK OWOCOWY	E 1820 kcal B 95.6 g T 39.7 g NKT 14 g W 282 g C 76.2 g Bł 34.9 g Sód 1960 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</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 MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA Z SELERA <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> KOPYTKA GOTOWANE W LEKKIM SOSIE ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , jajka, przyprawy SAŁATKA Z SAŁATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria	SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u>	E 2100 kcal B 115 g T 52.4 g NKT 18.9 g W 306 g C 55.6 g Bł 39 g Sód 1970 mg
DIETA PAKOWATA D11	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZIEMNIAKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń KOMPOT	ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria	SOK OWOCOWY	E 1890 kcal B 115.5 g T 51.8 g NKT 18.6 g W 252 g C 60.9 g Bł 30.6 g Sód 1480 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</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 RZODKIEWKA POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM Z BROKUŁA PUR woda, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u> , ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE PULPET WARZYWNY PIECZONY W SOSIE KOPERKOWYM ciecierzyca, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, jajka, mąka <u>pszenna</u> , suszone pomidory, olej rzepakowy, koperek, przyprawy SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY czerwona kapusta, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól 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> KOPYTKA GOTOWANE W SOSIE PIECZARKOWYM ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , jajka, pieczarki, przyprawy SAŁATKA Z SAŁATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria	SOK OWOCOWY	E 2190 kcal B 82.2 g T 60.9 g NKT 19.8 g W 341 g C 84.5 g Bł 35 g Sód 1880 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 OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u> 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory RZODKIEWKA POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> GRUSZKA	ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u>, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMIANKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u>, przyprawy SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY czerwona kapusta, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> KOPYTKA GOTOWANE W SOSIE PIECZARKOWYM ziemniaki, mąka <u>pszenna</u>, jajka, pieczarki, przyprawy SALATKA Z SALATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykoria	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 SALATA	E2400 kcal B114 g T69.9 g NKT26.7 g W342 g C67 g BI36.2 g S6d1500 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u> 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</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 RZODKIEWKA POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM Z BROKUŁA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, śmietana - z <u>mleka</u>, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMIANKI GOTOWANE ZRAZ WIEPRZOWY GOTOWANY W SOSIE schab wieprzowy, mąka <u>pszenna</u>, przyprawy SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY czerwona kapusta, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	KOPYTKA GOTOWANE W SOSIE PIECZARKOWYM ziemniaki, mąka <u>pszenna</u>, jajka, pieczarki, przyprawy SALATKA Z SALATY LODOWEJ I POMIDORA sałata lodowa, pomidor, olej rzepakowy, przyprawy KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykoria	SOK OWOCOWY	E1460 kcal B70 g T53.2 g NKT19.3 g W186 g C72.8 g BI20.8 g S6d910 mg

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