

Jadłospis na dzień 16.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartość odżywcza
Podstawowa D01	<p>Ryż gotowany na mleku (mleko, ryż) Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa) 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, przeciwutleniacze, stabilizatory) Serek wiejski (z mleka) Papryka świeża Napar z czarnej herbaty</p>		<p>Zupa z soczewicą (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Kasza jęczmienna gotowana Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy) Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł) Kompot</p>	<p>Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa) Chleb żytni razowy (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól) Masło ekstra (z mleka) Pasta chrzanowo – twarogowa (twaróg – z mleka, śmietana – z mleka, chrzan) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory) Pomidor Napar z czarnej herbaty</p>	Jabłko	<p>E 2066 kcal B 103 g T 53,17 g NKT 21,5 g W 309 g C 59 g Bł 40,6 g Sód 1800 mg</p>
Łatwostrawna D02	<p>Ryż gotowany na mleku (mleko, ryż) Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa) Serek tartare (z mleka) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory) Serek wiejski (z mleka) Sałata Napar z czarnej herbaty</p>		<p>Zupa grysikowa (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka, marchew, kasza manna – z pszenicy, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Kasza jaglana gotowana Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy) Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł) Kompot</p>	<p>Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa) Masło ekstra (z mleka) Pasta twarogowa (twaróg – z mleka, śmietana – z mleka) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory) Pomidor Napar z czarnej herbaty</p>	Banan	<p>E 1955 kcal B 92,2 g T 50,9 g NKT 21,1 g W 269 g C 57,2 g Bł 31,8 g Sód 1792 mg</p>
Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03	<p>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, przeciwutleniacze, stabilizatory) Serek wiejski (z mleka) Papryka świeża Napar z czarnej herbaty</p>	<p>Sałatka z mozzarellą (sałata lodowa, pomidor, mozzarella – z mleka, olej rzepakowy)</p>	<p>Zupa z soczewicą (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Kasza jęczmienna gotowana Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy) Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł) Kompot</p>	<p>Chleb żytni razowy (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól) Masło ekstra (z mleka) Pasta chrzanowo – twarogowa (twaróg – z mleka, śmietana – z mleka, chrzan) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory) Pomidor Napar z czarnej herbaty</p>	<p>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, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p>	<p>E 2087 kcal B 108 g T 61 g NKT 20 g W 295 g C 36 g Bł 39,7 g Sód 1956 mg</p>

Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Ryż gotowany na mleku (mleko , ryż) Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Serek tartare (z mleka) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe , przeciwutleniacze, stabilizatory) Serek wiejski (z mleka) Sałata Napar z czarnej herbaty		Zupa grysikowa (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka, marchew, kasza manna – z pszenicy , ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Kasza jaglana gotowana Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy) Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł) Kompot	Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Serek tartare (z mleka) Pasta twarogowa (twaróg – z mleka , śmietana – z mleka) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe , przeciwutleniacze, stabilizatory) Pomidor Napar z czarnej herbaty	Sałata Banan	E 1926 kcal B 93 g T 46,8 g NKT 17,6 g W 269 g C 57 g Bł 31,8 g Sód 1840 mg
Papkowata D11	Ryż gotowany na mleku (mleko , ryż) Serek tartare (z mleka) Napar z czarnej herbaty		Kasza jaglana gotowana Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy) Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł) Kompot	Zupa grysikowa (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka, marchew, kasza manna – z pszenicy , ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Masło ekstra (z mleka) Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe , przeciwutleniacze, stabilizatory) Napar z czarnej herbaty	Banan	E 1800 kcal B 67,9 g T 48,6 g NKT 20,4 g W 257 g C 60 g Bł 31,4 g Sód 1228 mg
Podstawowa niskopurynowa D01/M	Ryż gotowany na mleku (mleko , ryż) Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) 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 , przeciwutleniacze, stabilizatory) Serek wiejski (z mleka) Papryka świeża Napar z czarnej herbaty		Zupa z soczewicą (woda, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Kasza jęczmienna gotowana Gulasz warzywny (seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy) Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł) Kompot	Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Chleb żytni razowy (mąka żytnia , woda, mąka pszenna , kwas naturalny – mąka żytnia , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól) Masło ekstra (z mleka) Pasta chrzanowo – twarogowa (twaróg – z mleka , śmietana – z mleka , chrzan) Jajecznica (jajka , olej rzepakowy) Pomidor Napar z czarnej herbaty	Jabłko	E 2115 kcal B 107 g T 60,5 g NKT 27,2 g W 299 g C 55 g Bł 37 g Sód 1656 mg
Podstawowa C01	Ryż gotowany na mleku (mleko , ryż) Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Chleb żytni razowy (mąka żytnia , woda, mąka pszenna , kwas naturalny – mąka	Sałatka z mozzarellą (sałata lodowa, pomidor, mozzarella – z	Zupa z soczewicą (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól) Kasza jęczmienna gotowana Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga	Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Chleb żytni razowy (mąka żytnia , woda, mąka pszenna , kwas naturalny – mąka	Chleb żytni razowy (mąka żytnia , woda, mąka pszenna , kwas naturalny – mąka żytnia , woda, słonecznik, siemie lniane,	E 2343 kcal B 118 g T 69 g NKT 24,9 g W 326 g

	<p>żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Serek wiejski (z mleka)</p> <p>Papryka świeża</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	<p>mleka, olej rzepakowy)</p>	<p>trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy)</p> <p>Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł)</p> <p>Kompot</p>	<p>żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z mleka)</p> <p>Pasta chrzanowo – twarogowa (twaróg – z mleka, śmietana – z mleka, chrzan)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Pomidor</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	<p>drożdże, sól)</p> <p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Salata</p>	<p>C 48 g</p> <p>Bł 41 g</p> <p>Sód 1500 mg</p>
Podstawowa P01	<p>Ryż gotowany na mleku (mleko, ryż)</p> <p>Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Serek wiejski (z mleka)</p> <p>Papryka świeża</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>		<p>Zupa z soczewicą (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól)</p> <p>Kasza jęczmienna gotowana</p> <p>Gulasz drobiowy gotowany z warzywami (noga trybowana z kurczaka bez skóry, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy)</p> <p>Warzywa gotowane (marchew, kalafior, brokuł)</p> <p>Kompot</p>	<p>Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z mleka)</p> <p>Pasta chrzanowo – twarogowa (twaróg – z mleka, śmietana – z mleka, chrzan)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Pomidor</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	<p>Jabłko</p>	<p>E 1525 kcal</p> <p>B 83 g</p> <p>T 45 g</p> <p>NKT 18,7 g</p> <p>W 208 g</p> <p>C 50 g</p> <p>Bł 30,5 g</p> <p>Sód 1320 mg</p>

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