

## Jadłospis na dzień 19.03.2026

| Dieta   | Śniadanie  | II śniadanie  | Obiad   | Kolacja   | Posiłek nocny  | Wartość odżywcza   |
|---|--|---|---|---|--|--|
| Podstawowa D01  | <p>Płatki owsiane gotowane na mleku (<b>mleko</b>, płatki <b>owsiane</b>)</p> <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ser mozzarella (z <b>mleka</b>)</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p> |   | <p>Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)</p> <p>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana</p> <p>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (łopatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy)</p> <p>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)</p> <p>Kompot</p> | <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (ciecierzyca konserwowa, pomidory suszone, marchew gotowana, przyprawy, olej rzepakowy)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Pomidor</p> <p>Kakao na mleku (<b>mleko</b>, kakao, cukier)</p> | Mus owocowy  | <p>E 2580 kcal</p> <p>B 117 g</p> <p>T 101 g</p> <p>NKT 28 g</p> <p>W 309 g</p> <p>C 62 g</p> <p>Bł 41 g</p> <p>Sód 1796 mg</p>  |
| Łatwostrawna D02                                      | <p>Płatki owsiane gotowane na mleku (<b>mleko</b>, płatki <b>owsiane</b>)</p> <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ser mozzarella (z <b>mleka</b>)</p> <p>Sałata</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>  |   | <p>Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)</p> <p>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana</p> <p>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (łopatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy)</p> <p>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)</p> <p>Kompot</p> | <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Pasta warzywna z suszonymi pomidorami (marchew gotowana, <b>seler</b> korzeń, pietruszka korzeń, pomidory suszone, przyprawy, olej rzepakowy)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Pomidor</p> <p>Kakao na mleku (<b>mleko</b>, kakao, cukier)</p>   | Mus owocowy  | <p>E 2500 kcal</p> <p>B 115 g</p> <p>T 97 g</p> <p>NKT 27,8 g</p> <p>W 302 g</p> <p>C 62 g</p> <p>Bł 39 g</p> <p>Sód 1780 mg</p> |
| Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów D03 | <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p>  | <p>Gotowane warzywa z olejem i słonecznikiem (brokuł, kalafior, olej rzepakowy, słonecznik)</p> | <p>Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)</p> <p>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana</p> <p>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (łopatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy)</p> <p>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)</p>               | <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (ciecierzyca konserwowa, pomidory suszone, marchew gotowana,</p>  | <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Serek tartare (ze <b>mleka</b>)</p> <p>Serek wiejski (z <b>mleka</b>)</p> | <p>E 2500 kcal</p> <p>B 122 g</p> <p>T 106 g</p> <p>NKT 25 g</p> <p>W 308 g</p> <p>C 47 g</p> <p>Bł 43 g</p> <p>Sód 1900 mg</p>  |

|   |   |  |   |   |             |  |
|---|---|--|---|---|-------------|--|
|   | Ser mozzarella (z <b>mleka</b> )<br>Ogórek świeży<br>Napar z czarnej herbaty  |  | Kompot  | przyprawy, olej rzepakowy)<br>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b> , przeciwutleniacze, stabilizatory)<br>Pomidor<br>Napar z czarnej herbaty  | Sałata      |  |
| Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05 | Płatki owsiane gotowane na mleku ( <b>mleko</b> , płatki <b>owsiane</b> )<br>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b> , woda, mąka <b>żytnia</b> , drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b> )<br>Serek tartare (z <b>mleka</b> )<br>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b> , przeciwutleniacze, stabilizatory)<br>Ser mozzarella (z <b>mleka</b> )<br>Sałata<br>Napar z czarnej herbaty  |  | Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)<br>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana<br>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (topatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy)<br>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)<br>Kompot | Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b> , woda, mąka <b>żytnia</b> , drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b> )<br>Serek tartare (z <b>mleka</b> )<br>Pasta warzywna z suszonymi pomidorami (marchew gotowana, seler korzeń, pietruszka korzeń, pomidory suszone, przyprawy, olej rzepakowy)<br>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b> , przeciwutleniacze, stabilizatory)<br>Pomidor<br>Kakao na mleku ( <b>mleko</b> , kakao, cukier)   | Mus owocowy | E 2370 kcal<br>B 115 g<br>T 84 g<br>NKT 20 g<br>W 297 g<br>C 60 g<br>Bł 38 g<br>Sód 1900 mg        |
| Papkowata D11                             | Płatki owsiane gotowane na mleku ( <b>mleko</b> , płatki <b>owsiane</b> )<br>Masło ekstra (z <b>mleka</b> )<br>Dżem niskosłodzony<br>Napar z czarnej herbaty  |  | Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana<br>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (topatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , przyprawy)<br>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)<br>Kompot  | Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)<br>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b> , woda, mąka <b>żytnia</b> , drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b> )<br>Kakao na mleku ( <b>mleko</b> , kakao, cukier)  | Mus owocowy | E 2000 kcal<br>B 80 g<br>T 68 g<br>NKT 23 g<br>W 279 g<br>C 83 g<br>Bł 37 g<br>Sód 1100 mg         |
| Podstawowa niskopurynowa D01/M            | Płatki owsiane gotowane na mleku ( <b>mleko</b> , płatki <b>owsiane</b> )<br>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b> , woda, mąka <b>żytnia</b> , drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b> )<br>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b> , woda, mąka <b>pszenna</b> , kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)<br>Masło ekstra (z <b>mleka</b> )<br>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b> , przeciwutleniacze, stabilizatory)<br>Ser mozzarella (z <b>mleka</b> )<br>Ogórek świeży<br>Napar z czarnej herbaty |  | Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)<br>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana<br>Potrawka warzywna (pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b> , śmietana – z <b>mleka</b> , przyprawy)<br>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)<br>Kompot                                       | Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b> , woda, mąka <b>żytnia</b> , drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b> )<br>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b> , woda, mąka <b>pszenna</b> , kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)<br>Serek tartare (z <b>mleka</b> )<br>Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (ciecierzyca konserwowa, pomidory suszone, marchew gotowana, przyprawy, olej rzepakowy)<br>Pomidor<br>Kakao na mleku ( <b>mleko</b> , kakao, cukier) | Mus owocowy | E 2333 kcal<br>B 92 g<br>T 78,8 g<br>NKT 20,8 g<br>W 325 g<br>C 66,4 g<br>Bł 46,7 g<br>Sód 1600 mg |

|                |  |   |   |   |  |   |
|----------------|--|---|---|---|--|---|
| Podstawowa C01 | <p>Płatki owsiane gotowane na mleku (<b>mleko</b>, płatki <b>owsiane</b>)</p> <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ser mozzarella (z <b>mleka</b>)</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p> | <p>Gotowane warzywa z olejem i słonecznikiem (brokuł, kalafior, olej rzepakowy, słonecznik)</p> | <p>Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)</p> <p>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana</p> <p>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (łopatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy)</p> <p>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)</p> <p>Kompot</p> | <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (ciecierzyca konserwowa, pomidory suszone, marchew gotowana, przyprawy, olej rzepakowy)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Pomidor</p> <p>Kakao na mleku (<b>mleko</b>, kakao, cukier)</p> | <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Serek tartare (ze <b>mleka</b>)</p> <p>Serek wiejski (z <b>mleka</b>)</p> <p>Salata</p> | <p>E 2870 kcal</p> <p>B 134 g</p> <p>T 117 g</p> <p>NKT 30 g</p> <p>W 337 g</p> <p>C 59 g</p> <p>Bł 46 g</p> <p>Sód 1500 mg</p> |
| Podstawowa P01 | <p>Płatki owsiane gotowane na mleku (<b>mleko</b>, płatki <b>owsiane</b>)</p> <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ser mozzarella (z <b>mleka</b>)</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p> |   | <p>Zupa krem warzywny z natką pietruszki (woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana)</p> <p>Kasza <b>jęczmienna</b> gotowana</p> <p>Gulasz wieprzowy gotowany z warzywami (łopatka wieprzowa bez kości, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeń, marchew, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, przyprawy)</p> <p>Surówka z buraka (buraki, olej rzepakowy)</p> <p>Kompot</p> | <p>Chleb mieszany (mąka <b>pszenna</b>, woda, mąka <b>żytnia</b>, drożdże, sól, mąka <b>sojowa</b>)</p> <p>Chleb żytni razowy (mąka <b>żytnia</b>, woda, mąka <b>pszenna</b>, kwas naturalny – mąka <b>żytnia</b>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło ekstra (z <b>mleka</b>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów (ciecierzyca konserwowa, pomidory suszone, marchew gotowana, przyprawy, olej rzepakowy)</p> <p>Wędlina (mięso drobiowe, woda, sól, białko <b>sojowe</b>, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Pomidor</p> <p>Kakao na mleku (<b>mleko</b>, kakao, cukier)</p> | <p>Mus owocowy</p>   | <p>E 2070 kcal</p> <p>B 97 g</p> <p>T 92 g</p> <p>NKT 24 g</p> <p>W 218 g</p> <p>C 52 g</p> <p>Bł 31 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, tubin, 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