

Jadłospis na dzień 20.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartość odżywcza
Podstawowa D01	<p>Płatki kukurydziane na mleku (mleko, płatki kukurydziane)</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>Ser żółty (z mleka)</p> <p>Papryka świeża</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>		<p>Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy)</p> <p>Ziemniaki gotowane</p> <p>Filet rybny gotowany</p> <p>Surówka wielowarzywna (kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy)</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>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	Jogurt naturalny (z mleka)	<p>E 1880 kcal</p> <p>B 90 g</p> <p>T 55 g</p> <p>NKT 16,9 g</p> <p>W 270 g</p> <p>C 40 g</p> <p>Bł 32,9 g</p> <p>Sód 2400 mg</p>
Łatwostrawna D02	<p>Płatki kukurydziane na mleku (mleko, płatki kukurydziane)</p> <p>Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa)</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>Pomidor</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>		<p>Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy)</p> <p>Ziemniaki gotowane</p> <p>Filet rybny gotowany</p> <p>Surówka wielowarzywna (kapusta pekińska, marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy)</p> <p>Kompot</p>	<p>Chleb mieszany (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa)</p> <p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Salata</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	Jogurt naturalny (z mleka)	<p>E 1800 kcal</p> <p>B 86,9 g</p> <p>T 48 g</p> <p>NKT 12,8 g</p> <p>W 269 g</p> <p>C 39,8 g</p> <p>Bł 31,6 g</p> <p>Sód 2200 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)</p> <p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ser żółty (z mleka)</p> <p>Papryka świeża</p>	Jogurt naturalny (z mleka)	<p>Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy)</p> <p>Ziemniaki gotowane</p> <p>Filet rybny gotowany</p> <p>Surówka wielowarzywna (kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy)</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>Pasztet drobiowy (mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	<p>Chleb żytni razowy (mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)</p> <p>Masło (z mleka)</p> <p>Serek zegar (z mleka)</p> <p>Salata</p>	<p>E 1990 kcal</p> <p>B 91,9 g</p> <p>T 63,3 g</p> <p>NKT 22,4 g</p> <p>W 279 g</p> <p>C 38,6 g</p> <p>Bł 31,9 g</p> <p>Sód 2400 mg</p>

	Napar z czarnej herbaty		Kompot			
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu D05	Płatki kukurydziane na mleku (mleko , płatki kukurydziane) 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) Pomidor Napar z czarnej herbaty		Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy) Ziemniaki gotowane Filet rybny gotowany Surówka wielowarzywna (kapusta pekińska, marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy) Kompot	Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Serek tartare (z mleka) Paszтет drobiowy (mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe , przeciwutleniacze, stabilizatory) Sałata Napar z czarnej herbaty	Jogurt naturalny (z mleka)	E 1800 kcal B 56,9 g T 48 g NKT 12,8 g W 269 g C 39,8 g Bł 32,2 g Sód 2200 mg
Papkowata D11	Kasza manna gotowana na mleku (mleko , kasza manna – z pszenicy) Masło ekstra (z mleka) Dżem niskosłodzony Napar z czarnej herbaty		Ziemniaki gotowane Filet rybny gotowany Sos warzywny (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, mąka pszenna , olej rzepakowy) Cukinia gotowana Kompot	Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy) Chleb mieszany (mąka pszenna , woda, mąka żytnia , drożdże, sól, mąka sojowa) Filet drobiowy gotowany Napar z czarnej herbaty	Jogurt naturalny (z mleka)	E 1800 kcal B 83 g T 34,2 g NKT 15,9 g W 285 g C 65,9 g Bł 32,7 g Sód 1280 mg
Podstawowa niskopurynowa D01/M	Płatki kukurydziane na mleku (mleko , płatki kukurydziane) 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) Ser żółty (z mleka) Papryka świeża Napar z czarnej herbaty		Zupa krupnik ryżowy (woda, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy) Ziemniaki gotowane Filet rybny gotowany Surówka wielowarzywna (kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy) 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) Jajecznica (jajka , olej rzepakowy) Serek tartare (z mleka) Ogórek świeży Napar z czarnej herbaty	Jogurt naturalny (z mleka)	E 2110 kcal B 101 g T 75,4 g NKT 29,8 g W 267 g C 40,7 g Bł 32,6 g Sód 2400 mg
Podstawowa C01	Płatki kukurydziane na mleku (mleko , płatki kukurydziane) 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,	Jogurt naturalny (z mleka)	Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy) Ziemniaki gotowane Filet rybny gotowany Surówka wielowarzywna (kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej	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)	Chleb żytni razowy (mąka żytnia , woda, mąka pszenna , kwas naturalny – mąka żytnia , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól)	E 2099 kcal B 85 g T 49 g NKT 19 g W 300 g C 40,5 g Bł 34 g

	<p>drożdże, sól)</p> <p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Wędlina (mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory)</p> <p>Ser żółty (z mleka)</p> <p>Papryka świeża</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>		<p>rzepakowy, przyprawy)</p> <p>Kompot</p>	<p>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Pasta z zielonego groszku (groszek konserwowy, słonecznik, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy)</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	<p>Masło (z mleka)</p> <p>Serek zegar (z mleka)</p> <p>Salata</p>	<p>Sód 1800 mg</p>
Podstawowa P01	<p>Płatki kukurydziane na mleku (mleko, płatki kukurydziane)</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>Ser żółty (z mleka)</p> <p>Papryka świeża</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>		<p>Zupa krupnik ryżowy (woda, porcje rosółowe, ryż, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, przyprawy)</p> <p>Ziemniaki gotowane</p> <p>Filet rybny gotowany</p> <p>Surówka wielowarzynna (kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy)</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>Serek tartare (z mleka)</p> <p>Dżem niskosłodzony</p> <p>Ogórek świeży</p> <p>Napar z czarnej herbaty</p>	<p>Jogurt naturalny (z mleka)</p>	<p>E 1624 kcal</p> <p>B 79,5 g</p> <p>T 59 g</p> <p>NKT 20,9 g</p> <p>W 204 g</p> <p>C 48,3 g</p> <p>Bł 25,8 g</p> <p>Sód 1840 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