

## Jadłospis na dzień 23.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>D01</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa jajowa pasteryzowana <b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>ZIEMIENIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>SURÓWKA Z SELERA</b> <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PARÓWKA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>E</b> 2045 kcal <b>B</b> 96.6 g <b>T</b> 79.9 g <b>NKT</b> 26.4 g <b>W</b> 245 g <b>C</b> 52.6 g <b>BI</b> 30.7 g <b>Sód</b> 2100 mg
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>D02</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa jajowa pasteryzowana <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>MARCHEW GOTOWANA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>ZIEMIENIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>WARZYWA GOTOWANE</b> marchew, kalafior, brokuł <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PARÓWKA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>E</b> 2042 kcal <b>B</b> 96.3 g <b>T</b> 79.8 g <b>NKT</b> 26.3 g <b>W</b> 245 g <b>C</b> 52.6 g <b>BI</b> 31.4 g <b>Sód</b> 2100 mg
<b>DIETA Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>ŁATWO</b> <b>PRZYSWAJALNYCH</b> <b>WĘGLOWODANÓW</b> <b>D03</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM</b> brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>ZIEMIENIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>SURÓWKA Z SELERA</b> <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PARÓWKA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>PASTA Z FASOLI</b> fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy <b>SALATA</b>	<b>E</b> 2293 kcal <b>B</b> 98.5 g <b>T</b> 103 g <b>NKT</b> 27.9 g <b>W</b> 262 g <b>C</b> 36 g <b>BI</b> 40.9 g <b>Sód</b> 2100 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>TLUSZCZU D05</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>MARCHEW GOTOWANA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>ZIEMNIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>CUKINIA GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	E 1800 kcal B 93.9 g T 42.4 g NKT 15.9 g W 242 g C 53 g Bł 27.6 g Sód 1928 mg
<b>DIETA</b> <b>PAPKOWATA D11</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>DŻEM NISKOSŁODZONY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZIEMNIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>CUKINIA GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>FILET DROBIOWY GOTOWANY</b> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	E 1800 kcal B 81.7 g T 47 g NKT 20.3 g W 252 g C 72.2 g Bł 27.7 g Sód 1176 mg
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>NISKOPURYNOWA</b> <b>D01/M</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYTNIA RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY PUR</b> woda, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>PYZY ZIEMNIACZANE</b> woda, grysik ziemniaczany, skrobia ziemniaczana, sól, mąka ryżowa <b>SURÓWKA Z SELERA</b> <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PASTA Z FASOLI</b> fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	E 2200 kcal B 77.5 g T 77.7 g NKT 22.5 g W 313 g C 56.8 g Bł 39.9 g Sód 1776 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
<b>DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIĄŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM</b> brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>ZIEMNIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>SURÓWKA Z SELERA</b> <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>TWARÓG</b> z <u>mleka</u> <b>DŻEM NISKOSŁODZONY</b> <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>PASTA Z FASOLI</b> fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy <b>SALATA</b>	<b>E</b> 2361 kcal <b>B</b> 110 g <b>T</b> 83.5 g <b>NKT</b> 23.8 g <b>W</b> 307 g <b>C</b> 62.9 g <b>BI</b> 42.8 g <b>Sód</b> 1800 mg
<b>DIETA DLA DZIECI</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>ZUPA KREM MARCHEWKOWY</b> woda, porcje rosółowe, marchew, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, pieprz, sól, śmietana – z <u>mleka</u> <b>ZIEMNIAKI GOTOWANE</b> <b>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI</b> pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól <b>SURÓWKA Z SELERA</b> <u>seler</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PARÓWKA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>E</b> 1640 kcal <b>B</b> 83.3 g <b>T</b> 75 g <b>NKT</b> 24 g <b>W</b> 167 g <b>C</b> 44.3 g <b>BI</b> 24.3 g <b>Sód</b> 1800 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*