

Jadłospis na dzień 24.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNIA 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seleń</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE Łopatka bez kości, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA 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> PASTA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, marchewka, pietruszka korzeń, cebula, przyprawy RZODKIEWKA KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	MUS OWOCOWY	E 2376 kcal B 111 g T 67.7 g NKT 23.9 g W 340 g C 48.3 g BI 38 g Sód 1864 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seleń</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE Łopatka bez kości, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PASTA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, marchewka, pietruszka korzeń, cebula, przyprawy SALATA KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	MUS OWOCOWY	E 2367 kcal B 111 g T 67.6 g NKT 23.9 g W 338 g C 47.3 g BI 36.6 g Sód 1864 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYTNIA 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> , przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY	ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seleń</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE Łopatka bez kości, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA 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> PASTA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, marchewka, pietruszka korzeń, cebula, przyprawy RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNIA 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> SALATA	E 2343 kcal B 129 g T 62 g NKT 22.4 g W 237 g C 33 g BI 35.7 g Sód 1964 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU D05	<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</p> <p>FILET DROBIOWY GOTOWANY</p> <p>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, marchewka, pietruszka korzeń, cebula, przyprawy</p> <p>SALATA</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 2037 kcal</p> <p>B 108 g</p> <p>T 41 g</p> <p>NKT 15 g</p> <p>W 317 g</p> <p>C 45.7 g</p> <p>Bi 34.6 g</p> <p>Sód 1720 mg</p>
DIETA PAPKOWATA D11	<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>RYŻ GOTOWANY</p> <p>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE Łopatka bez kości, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta - z <u>pszenicy</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>		<p>E 2155 kcal</p> <p>B 84 g</p> <p>T 67.6 g</p> <p>NKT 29.7 g</p> <p>W 312 g</p> <p>C 55.3 g</p> <p>Bi 33 g</p> <p>Sód 1200 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB ŻYTNII RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie Iniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA BROKUŁOWA PUR woda, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</p> <p>KOTLET Z CUKINII W SOSIE Cukinia, marchew, pietruszka korzeń, <u>jajka</u>, bułka tarta - z <u>pszenicy</u>, mąka <u>pszenna</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNII RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie Iniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u>, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy</p> <p>RZODKIEWKA</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 2231 kcal</p> <p>B 90.7 g</p> <p>T 60 g</p> <p>NKT 20 g</p> <p>W 341 g</p> <p>C 52 g</p> <p>Bi 42.4 g</p> <p>Sód 1664 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIAŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB ŻYTNII RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie Iniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u></p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p>	<p>ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</p> <p>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE Łopatka bez kości, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta - z <u>pszenicy</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNII RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie Iniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, marchewka, pietruszka korzeń, cebula, przyprawy</p> <p>RZODKIEWKA</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	<p>CHLEB ŻYTNII RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie Iniane, drożdże, sól</p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>SALATA</p>	<p>E 2678 kcal</p> <p>B 146 g</p> <p>T 75 g</p> <p>NKT 26.8 g</p> <p>W 366 g</p> <p>C 54 g</p> <p>Bi 38.6 g</p> <p>Sód 1600 mg</p>

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA DLA DZIECI	<p>PLATKI OWSIANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA BROKUŁOWA woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</p> <p>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE Łopatka bez kości, <u>jajka</u>, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta - z <u>pszenicy</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>PASTA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, marchewka, pietruszka korzeń, cebula, przyprawy</p> <p>RZODKIEWKA</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 1726 kcal</p> <p>B 80 g</p> <p>T 57 g</p> <p>NKT 21 g</p> <p>W 228 g</p> <p>C 37.6 g</p> <p>BI 26 g</p> <p>Sód 1276 mg</p>

• **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, salatkach rybnych i pasztetach. (dokładny skład ww produktów w dziale żywienia).

• *Istnieje możliwość zmian w jadłospisie z przyczyn niezależnych od kuchni szpitalnej*