

## Jadłospis na dzień 26.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>D01</b>	<b>PLĄTKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <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>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, ziola <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>ZUPA GULASZOWA</b> łopatka bez kości, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koncentrat pomidorowy, przyprawy <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO</b>	<b>E</b> 1900 kcal <b>B</b> 72 g <b>T</b> 44 g <b>NKT</b> 16.7 g <b>W</b> 321 g <b>C</b> 55 g <b>Bi</b> 43.8 g <b>Sód</b> 1768 mg
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>D02</b>	<b>PLĄTKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>SALATA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, ziola <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>ZUPA GULASZOWA</b> łopatka bez kości, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koncentrat pomidorowy, przyprawy <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	<b>E</b> 1800 kcal <b>B</b> 64 g <b>T</b> 36.7 g <b>NKT</b> 17.4 g <b>W</b> 284 g <b>C</b> 54 g <b>Bi</b> 39 g <b>Sód</b> 1760 mg
<b>DIETA Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>ŁATWO</b> <b>PRZYSAWAJALNYCH</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>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, ziola <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>ZUPA GULASZOWA</b> łopatka bez kości, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koncentrat pomidorowy, przyprawy <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>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>SALATA</b>	<b>E</b> 2040 kcal <b>B</b> 87.7 g <b>T</b> 51 g <b>NKT</b> 17.2 g <b>W</b> 327 g <b>C</b> 49.4 g <b>Bi</b> 42.7 g <b>Sód</b> 1767 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>TŁUSZCZU D05</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>DŻEM NISKOSŁODZONY</b> <b>SALATA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <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>ZUPA GULASZOWA</b> łopatka bez kości, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koncentrat pomidorowy, przyprawy <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 1800 kcal B 64 g T 28.5 g NKT 11.9 g W 298 g C 66.8 g Bł 398 g Sód 1700 mg
<b>DIETA</b> <b>PAPKOWATA D11</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u> <b>DŻEM NISKOSŁODZONY</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy <b>KOMPOT</b>	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 1700 kcal B 35 g T 22 g NKT 10 g W 240 g C 60 g Bł 31.5 g Sód 1030 mg
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>NISKOPURYNOWA</b> <b>D01/M</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie Iniane, 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KOPERKOWA PUR</b> woda, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <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 Iniane, 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>PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM</b> jajka, majonez - z jaj, szczypiorek, przyprawy <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO</b>	E 1900 kcal B 81.5 g T 22 g NKT 62.6 g W 271 g C 47 g Bł 32.3 g Sód 1940 mg
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>DLA KOBIET W</b> <b>CIĄŻY I W</b> <b>OKRESIE</b> <b>LAKTACJI C01</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie Iniane, 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <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 Iniane, 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>ZUPA GULASZOWA</b> łopatka bez kości, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koncentrat pomidorowy, przyprawy <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie Iniane, drożdże, sól <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>SALATA</b>	E 2254 kcal B 94 g T 56.4 g NKT 20 g W 357 g C 60 g Bł 45.6 g Sód 1450 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
<b>DIETA DLA DZIECI</b>	<p><b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki kukurydziane</p> <p><b>CHLEB ŻYTNIA RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka</p> <p><b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z mleka</p> <p><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>		<p><b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b></p> <p><b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><b>CHLEB ŻYTNIA RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z mleka</p> <p><b>ZUPA GULASZOWA</b> łopatka bez kości, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koncentrat pomidorowy, przyprawy</p> <p><b>KAKAO NA MLEKU</b> mleko, kakao</p>	<b>SOK OWOCOWY</b>	<p><b>E</b> 1540 kcal</p> <p><b>B</b> 56.9 g</p> <p><b>T</b> 39.4 g</p> <p><b>NKT</b> 15.8 g</p> <p><b>W</b> 250 g</p> <p><b>C</b> 65 g</p> <p><b>Bl</b> 30.6 g</p> <p><b>Sód</b> 1260 mg</p>

• **Legenda do wartości odżywczych:** E – Energia, B – białko, T – tłuszcz, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, Bl – 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*