

Jadłospis na dzień 27.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU mleko, makaron - z <u>pszenicy</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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1900 kcal B 113 g T 63 g NKT 16.4 g W 230 g C 45 g Bi 29.5 g Sód 1764 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU mleko, makaron - z <u>pszenicy</u> , CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1890 kcal B 112 g T 63 g NKT 16.4 g W 229 g C 45 g Bi 28.9 g Sód 1760 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSAJALNYCH 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 SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalfior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA 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> SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> SALATA	E 2036 kcal B 112 g T 69.5 g NKT 13.5 g W 258 g C 33 g Bi 35.9 g Sód 1800 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU D05	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> , CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1900 kcal B 112 g T 63 g NKT 16.4 g W 229 g C 45 g BI 28.9 g Sód 1790 mg
DIETA PAPKOWATA D11	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> , SEREK TARTARE z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1800 kcal B 99 g T 55 g NKT 17.7 g W 193 g C 50 g BI 25 g Sód 1290 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> , CHLEB ŻYJNI 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> DŻEM NISKOSŁODZONY TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GARDIOLE PUR woda, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYJNI 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> JAJKO GOTOWANE PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1995 kcal B 108 g T 69 g NKT 18.2 g W 234 g C 58 g BI 30 g Sód 1580 mg
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIĄŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	MAKARON GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , makaron - z <u>pszenicy</u> , CHLEB ŻYJNI 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> RZODKIEWKA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosółowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA KOMPOT	CHLEB ŻYJNI 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> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYJNI 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> SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> SALATA	E 2240 kcal B 112 g T 81 g NKT 18.6 g W 269 g C 46 g BI 38.4 g Sód 1500 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA DLA DZIECI	<p>MAKARON GOTOWANY NA MLEKU mleko, makaron - z <u>pszenicy</u>,</p> <p>CHLEB ŻYJNI 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>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>TWARÓG z <u>mleka</u></p> <p>RZODKIEWKA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA GARDIOLE woda, porcje rosolowe, ryż, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMIANKI GOTOWANE</p> <p>PALUSZKI RYBNE filet z <u>mintaja</u>, mąka <u>pszenna</u>, drożdże, sól, papryka mielona, kurkuma, woda, olej rzepakowy, sól</p> <p>FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYJNI 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>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u>, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy</p> <p>PAPRYKA ŚWIEŻA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>E 1530 kcal</p> <p>B 100 g</p> <p>T 58 g</p> <p>NKT 14.2 g</p> <p>W 158 g</p> <p>C 36 g</p> <p>BI 22.8 g</p> <p>Sód 1300 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, lubin, 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*