

Jadłospis na dzień 29.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLĄTKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓL Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u> BRUKSELKA 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> HUMMUS Z BURAKIEM ciecierzycza, burak, olej rzepakowy, czosnek, przyprawy SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> POMIDOR PATISON KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykorja	MUS OWOCOWY	E 1940 kcal B 109 g T 52.3 g NKT 23.4 g W 261 g C 36.4 g Bi 25.3 g Sód 1916 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLĄTKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓL Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u> , koperek pęczek BROKUŁ GOTOWANY 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 WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> POMIDOR SALATA KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykorja	MUS OWOCOWY	E 2050 kcal B 117 g T 61.8 g NKT 25 g W 258 g C 37 g Bi 22.6 g Sód 2100 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 SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> JABŁKO	ROSÓL Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u> BRUKSELKA 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> HUMMUS Z BURAKIEM ciecierzycza, burak, olej rzepakowy, czosnek, przyprawy SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> POMIDOR PATISON 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> TWAROŻEK Z RZODKIEWKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , rzodkiewka SALATA	E 2090 kcal B 120 g T 27 g NKT 23.3 g W 287 g C 39 g Bi 28 g Sód 2100 mg

Dieta	Śniadanie		Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU D05	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE 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>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>MARCHEW GOTOWANA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u>, koperek pęczek</p> <p>BROKUŁ GOTOWANY</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 WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj</p> <p>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>SALATA</p> <p>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykorja</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 1880 kcal</p> <p>B 106 g</p> <p>T 48 g</p> <p>NKT 16.5 g</p> <p>W 258 g</p> <p>C 37 g</p> <p>Bi 22.6 g</p> <p>Sód 1860 mg</p>
DIETA PAPKOWATA D11	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u>, koperek pęczek</p> <p>BROKUŁ GOTOWANY</p> <p>KOMPOT</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykorja</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 1700 kcal</p> <p>B 95 g</p> <p>T 44 g</p> <p>NKT 19.2 g</p> <p>W 215 g</p> <p>C 42 g</p> <p>Bi 19 g</p> <p>Sód 800 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u></p> <p>BRUKSELKA 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>HUMMUS Z BURAKIEM ciecierzyca, burak, olej rzepakowy, czosnek, przyprawy</p> <p>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>PATISON</p> <p>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykorja</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 1940 kcal</p> <p>B 109 g</p> <p>T 52 g</p> <p>NKT 23.4 g</p> <p>W 261 g</p> <p>C 36.4 g</p> <p>Bi 25.3 g</p> <p>Sód 1910 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIAŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p> <p>JABŁKO</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcje rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIANKI GOTOWANE</p> <p>SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u></p> <p>BRUKSELKA 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>HUMMUS Z BURAKIEM ciecierzyca, burak, olej rzepakowy, czosnek, przyprawy</p> <p>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>PATISON</p> <p>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykorja</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>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>TWAROŻEK Z RZODKIEWKĄ twaróg - z <u>mleka</u>, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, rzodkiewka</p> <p>SALATA</p>	<p>E 2160 kcal</p> <p>B 118 g</p> <p>T 54 g</p> <p>NKT 23.8 g</p> <p>W 305 g</p> <p>C 58 g</p> <p>Bi 28.8 g</p> <p>Sód 1600 mg</p>

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA DLA DZIECI	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE 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>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z <u>mleka</u></p> <p>BRUKSELKA 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>HUMMUS Z BURAKIEM ciecierzyca, burak, olej rzepakowy, czosnek, przyprawy</p> <p>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>PATISON</p> <p>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU <u>mleko</u>, kawa zbożowa - <u>jęczmień</u>, <u>żyto</u>, cykorja</p>	MUS OWOCOWY	<p>E 1500 kcal</p> <p>B 94 g</p> <p>T 47.5 g</p> <p>NKT 21.4 g</p> <p>W 176 g</p> <p>C 30 g</p> <p>BI 19.7 g</p> <p>Sód 1480 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 siarczyn, 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*