

Jadłospis na dzień 30.03.2026

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM jajka, majonez - z jajek, szczypiorek, pieprz, sól PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z mleka	E 2130 kcal B 116 g T 65 g NKT 23.7 g W 280 g C 45 g BI 30.5 g Sód 2100 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z mleka	E 1913 kcal B 103 g T 48 g NKT 19.8 g W 276 g C 43 g BI 29.9 g Sód 1988 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNOŚCI WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z mleka JABŁKO	ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPORKIEM jajka, majonez - z jajek, szczypiorek, pieprz, sól PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z mleka SER ŻÓŁTY z mleka SALATA	E 2270 kcal B 124 g T 73 g NKT 26.6 g W 297 g C 47 g BI 33.8 g Sód 2100 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU D05	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa SEREK TARTARE z mleka WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z mleka	E 1825 kcal B 91.3 g T 38.3 g NKT 16.9 g W 289 g C 55.9 g BI 30.5 g Sód 1848 mg

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	Wartości
DIETA PAPKOWATA D11	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż NAPAR Z CZARNEJ HERBATY JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>		KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, 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 NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	E 1800 kcal B 82.6 g T 37 g NKT 17.5 g W 283 g C 63 g Bi 30.5 g Sód 1292 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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> , przeciwutleniające, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA PUR woda, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł 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 JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM <u>jajka</u> , majonez - z <u>jajek</u> , szczypiorek, pieprz, sól PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2030 kcal B 90.3 g T 60.5 g NKT 19.8 g W 292 g C 45.8 g Bi 33.9 g Sód 1936 mg
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIAŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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> , przeciwutleniające, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł 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 JAJKO GOTOWANE 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> SER ŻÓLTY z <u>mleka</u> SAŁATA	E 2315 kcal B 121 g T 62.9 g NKT 27.6 g W 327 g C 59.9 g Bi 35 g Sód 1500 mg
DIETA DLA DZIECI	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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> , przeciwutleniające, stabilizatory OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA BURACZKOWA woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł 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> WEDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory JAJKO GOTOWANE PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	E 1500 kcal B 89 g T 42.9 g NKT 17.6 g W 195 g C 45 g Bi 21.9 g Sód 1536 mg

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