

## Jadłospis na dzień 21.04.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>D01</b>	<b>PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , <u>płatki owsiane</u> <b>CHLEB ŻYTNIA 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> , przeciwutleniające, stabilizatory <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE</b> Łopatka bez kości, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SALATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM</b> makaron - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z <u>jaj</u> <b>RZODKIEWKA</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>MUS OWOCOWY</b>	E 2500 kcal B 109 g T 73.8 g NKT 26.5 g W 358 g C 47 g Bł 36.6 g Sód 1864 mg
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>D02</b>	<b>PLĄTKI OWSIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , <u>płatki owsiane</u> <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>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE</b> Łopatka bez kości, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <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>SALATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM</b> makaron - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z <u>jaj</u> <b>SALATA</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>MUS OWOCOWY</b>	E 2500 kcal B 109 g T 73.8 g NKT 26.5 g W 358 g C 47.8 g Bł 36.6 g Sód 1864 mg
<b>DIETA Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>ŁATWO</b> <b>PRZYSWAJALNYCH</b> <b>WĘGLOWODANÓW</b> <b>D03</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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> , przeciwutleniające, stabilizatory <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b>	<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE</b> Łopatka bez kości, <u>jajka</u> , mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SALATKA Z CIEMNYM MAKARONEM I</b> <b>TUŃCZYKIEM</b> makaron pełnoziarnisty - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z <u>jaj</u> <b>RZODKIEWKA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SALATA</b>	E 2460 kcal B 126 g T 74 g NKT 26.8 g W 338 g C 32.8 g Bł 34 g Sód 1964 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posilek nocny 19:30	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU D05	<b>PLATKI OWSIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki owsiane <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z mleka <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>FILET DROBIOWY GOTOWANY</b> <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>SALAATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM</b> makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj <b>SALAATA</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> mleko, kakao	<b>MUS OWOCOWY</b>	E 2170 kcal B 107 g T 47 g NKT 17.8 g W 337 g C 46 g Bł 34.6 g Sód 1890 mg
DIETA PAPKOWATA D11	<b>PLATKI OWSIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki owsiane <b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>RYŻ GOTOWANY</b> <b>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE</b> Łopatką bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcje rosółowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka <b>KAKAO NA MLEKU</b> mleko, kakao	<b>MUS OWOCOWY</b>	E 2290 kcal B 96 g T 72.4 g NKT 29.7 g W 316 g C 55.3 g Bł 33.3 g Sód 1340 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<b>PLATKI OWSIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki owsiane <b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z mleka <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BROKUŁOWA PUR</b> woda, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>KOTLET Z CUKINII W SOSIE</b> Cukinia, marchew, pietruszka korzeń, jajka, bułka tarta - z pszenicy, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>PASTA WARZYWNA</b> Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy <b>RZODKIEWKA</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> mleko, kakao	<b>MUS OWOCOWY</b>	E 2210 kcal B 90 g T 57.3 g NKT 21.9 g W 344 g C 51 g Bł 41 g Sód 1840 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
<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 OWSIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki owsiane <b>CHLEB ŻYTNIA 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b>	<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcja rosółowa, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE</b> Łopatka bez kości, jajka, mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SALAATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM</b> makaron - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj <b>RZODKIEWKA</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SALAATA</b>	<b>E</b> 2800 kcal <b>B</b> 145 g <b>T</b> 81 g <b>NKT</b> 29.4 g <b>W</b> 385 g <b>C</b> 53.9 g <b>Bł</b> 37.4 g <b>Sód</b> 1600 mg
<b>DIETA DLA</b> <b>DZIECI</b>	<b>PLATKI OWSIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki owsiane <b>CHLEB ŻYTNIA 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>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BROKUŁOWA</b> woda, porcja rosółowa, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b> <b>KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE</b> Łopatka bez kości, jajka, mąka <u>pszenna</u> , bułka tarta - z <u>pszenicy</u> , olej rzepakowy, przyprawy <b>MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA</b> <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SALAATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM</b> makaron - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj <b>RZODKIEWKA</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>MUS OWOCOWY</b>	<b>E</b> 1800 kcal <b>B</b> 80 g <b>T</b> 61.3 g <b>NKT</b> 22.2 g <b>W</b> 239 g <b>C</b> 36.9 g <b>Bł</b> 24.7 g <b>Sód</b> 1430 mg

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