

## Jadłospis na dzień 05.05.2026

| Dieta  | Śniadanie<br>07:30  | II śniadanie<br>10:30  | Obiad<br>12:30   | Kolacja<br>16:30  | Posiłek nocny<br>19:30  | Wartości   |
|--|---|--|--|---|---|--|
| DIETA<br>PODSTAWOWA<br>D01   | <p><b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br/>mleko, ryż</p> <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b><br/>mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b><br/>mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b><br/>z mleka</p> <p><b>WĘDLINA</b><br/>mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p><b>SER MOZZARELLA</b><br/>z mleka</p> <p><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p> |  | <p><b>ZUPA KOPERKOWA</b><br/>woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b></p> <p><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br/>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p><b>SURÓWKA COLESŁAW</b><br/>kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy</p> <p><b>KOMPOT</b></p>  | <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b><br/>mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b><br/>mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p><b>SEREK TARTARE</b><br/>z mleka</p> <p><b>SALATKA MAKARONOWA Z SZYŃKĄ I SZPINAKIEM NA ZIMNO</b><br/>makaron - z pszenicy, wędlina - mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniające, stabilizatory; szpinak, majonez z jaj</p> <p><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br/>mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykorja</p> | <p><b>SOK OWOCOWY</b></p>   | <p>E 2580 kcal</p> <p>B 101 g</p> <p>T 92 g</p> <p>NKT 23.2 g</p> <p>W 348 g</p> <p>C 75 g</p> <p>BI 29.8 g</p> <p>Sód 1900 mg</p> |
| DIETA<br>ŁĄTWOSTRAWNA<br>D02   | <p><b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br/>mleko, ryż</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b><br/>mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b><br/>z mleka</p> <p><b>WĘDLINA</b><br/>mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p><b>SER MOZZARELLA</b><br/>z mleka</p> <p><b>MARCHEW GOTOWANA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>   |  | <p><b>ZUPA KOPERKOWA</b><br/>woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b></p> <p><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br/>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p><b>MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA</b><br/>marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń</p> <p><b>KOMPOT</b></p> | <p><b>CHLEB MIESZANY</b><br/>mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p><b>SEREK TARTARE</b><br/>z mleka</p> <p><b>SALATKA MAKARONOWA Z SZYŃKĄ I GOTOWANYMI WARZYWAMI</b><br/>makaron - z pszenicy, wędlina - mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniające, stabilizatory; seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy</p> <p><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br/>mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykorja</p>  | <p><b>SOK OWOCOWY</b></p>   | <p>E 2360 kcal</p> <p>B 102 g</p> <p>T 64.8 g</p> <p>NKT 20 g</p> <p>W 355 g</p> <p>C 76 g</p> <p>BI 35.4 g</p> <p>Sód 1800 mg</p> |
| DIETA Z<br>OGRANICZENIEM<br>ŁATWO<br>PRZYSWAJALNYCH<br>WĘGLOWODANÓW<br>D03 | <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b><br/>mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b><br/>z mleka</p> <p><b>WĘDLINA</b><br/>mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p><b>SER MOZZARELLA</b><br/>z mleka</p> <p><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>  | <p><b>SALATKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ, JAJKA, POMIDORA W SOSIE JOGURTOWYM</b><br/>kapusta pekińska, pomidor, jajka, jogurt - z mleka, przyprawy</p> | <p><b>ZUPA KOPERKOWA</b><br/>woda, porcje rosółowe, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b></p> <p><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br/>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p><b>SURÓWKA COLESŁAW</b><br/>kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy</p> <p><b>KOMPOT</b></p>  | <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b><br/>mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>SEREK TARTARE</b><br/>z mleka</p> <p><b>SALATKA MAKARONOWA Z SZYŃKĄ I SZPINAKIEM NA ZIMNO</b><br/>makaron - z pszenicy, wędlina - mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, przeciwutleniające, stabilizatory; szpinak, majonez z jaj</p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>   | <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b><br/>mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>SEREK TARTARE</b><br/>z mleka</p> <p><b>TWARÓG</b><br/>z mleka</p> <p><b>SALATA</b></p> | <p>E 2520 kcal</p> <p>B 114 g</p> <p>T 96 g</p> <p>NKT 23 g</p> <p>W 314 g</p> <p>C 32 g</p> <p>BI 32.8 g</p> <p>Sód 2020 mg</p>   |

| Dieta   | Śniadanie<br>07:30  | II śniadanie<br>10:30 | Obiad<br>12:30  | Kolacja<br>16:30   | Posiłek nocny<br>19:30   | Wartości   |
|---|---|-----------------------|---|--|--|--|
| DIETA<br>ŁATWOSTRAWNA<br>Z<br>OGRANICZENIEM<br>TLUSZCZU D05 | <b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br>mleko, ryż<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>SEREK TARTARE</b><br>z <u>mleka</u><br><b>WĘDLINA</b><br>mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory<br><b>SER MOZZARELLA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>MARCHEW GOTOWANA</b><br><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>   |                       | <b>ZUPA KOPERKOWA</b><br>woda, porcje rosolowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól<br><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b><br><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy<br><b>MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA</b><br>marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń<br><b>KOMPOT</b>  | <b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>SEREK TARTARE</b><br>z <u>mleka</u><br><b>SALATKA MAKARONOWA Z SZYNKĄ I GOTOWANYMI WARZYWAMI</b><br>makaron - z <u>pszenicy</u> , wędlina - mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory; <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy<br><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria                              | <b>SOK OWOCOWY</b>   | E 2330 kcal<br>B 103 g<br>T 60.7 g<br>NKT 16.6 g<br>W 356 g<br>C 76.6 g<br>BI 35.4 g<br>Sód 1860 mg  |
| DIETA<br>PAPKOWATA D11                                      | <b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br>mleko, ryż<br><b>MASŁO EKSTRA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>JAJKO GOTOWANE</b><br><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>  |                       | <b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b><br><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy<br><b>MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA</b><br>marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń<br><b>KOMPOT</b>   | <b>ZUPA KOPERKOWA</b><br>woda, porcje rosolowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól<br><b>FILET DROBIOWY GOTOWANY</b><br><b>MASŁO EKSTRA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria  | <b>BUDYŃ Z MUSEM OWOCOWYM</b><br><u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii, sok owocowy<br><b>BISZKOPTY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , cukier, masa <u>jajowa</u> , emulgatory, skrobia ziemniaczana, cukier, substancje spulchniające | E 1850 kcal<br>B 93.5 g<br>T 57.5 g<br>NKT 22.9 g<br>W 253 g<br>C 67.3 g<br>BI 28.3 g<br>Sód 1110 mg |
| DIETA<br>PODSTAWOWA<br>NISKOPURYNOWA<br>D01/M               | <b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br>mleko, ryż<br><b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>MASŁO EKSTRA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>WĘDLINA</b><br>mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory<br><b>SER MOZZARELLA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b><br><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b> |                       | <b>ZUPA KOPERKOWA PUR</b><br>woda, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól<br><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b><br><b>PULPET WARZYWNY PIECZONY W SOSIE KOPERKOWYM</b><br>ciecierzyca, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, jajka, mąka <u>pszenna</u> , suszone pomidory, olej rzepakowy, koperek, przyprawy<br><b>SURÓWKA COLESŁAW</b><br>kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy<br><b>KOMPOT</b> | <b>CHLEB ŻYJNI RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>SEREK TARTARE</b><br>z <u>mleka</u><br><b>SALATKA MAKARONOWA Z SEREM I SZPINAKIEM NA ZIMNO</b><br>makaron - z <u>pszenicy</u> , ser żółty - z <u>mleka</u> , szpinak, majonez z jaj<br><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria | <b>SOK OWOCOWY</b>   | E 2500 kcal<br>B 90.6 g<br>T 89 g<br>NKT 27.3 g<br>W 355 g<br>C 75.6 g<br>BI 30.3 g<br>Sód 1920 mg   |

| Dieta   | Śniadanie<br>07:30  | II śniadanie<br>10:30   | Obiad<br>12:30   | Kolacja<br>16:30  | Posiłek nocny<br>19:30   | Wartości   |
|---|---|---|--|---|--|--|
| <b>DIETA</b><br><b>PODSTAWOWA</b><br><b>DLA KOBIEC W</b><br><b>CIĄŻY I W</b><br><b>OKRESIE</b><br><b>LAKTACJI C01</b> | <b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , ryż<br><b>CHLEB ŻYTNİ RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny<br>– mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>MASŁO EKSTRA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>WĘDLINA</b><br>mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory<br><b>SER MOZZARELLA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b><br><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b> | <b>CIASTECZKA WIELOZBOŻOWE</b><br>mąki pełnoziarniste- <u>pszenna</u> , <u>owsiana</u> , <u>jęczmienna</u> , <u>żytnia</u> ; cukier, olej rzepakowy, substancje spulchniające i aromaty | <b>ZUPA KOPERKOWA</b><br>woda, porcje rosolowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól<br><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b><br><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy<br><b>SURÓWKA COLESŁAW</b><br>kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u> , przyprawy<br><b>KOMPOT</b> | <b>CHLEB ŻYTNİ RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny<br>– mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>SEREK TARTARE</b><br>z <u>mleka</u><br><b>SALATKA MAKARONOWA Z SZYNKĄ I SZPINAKIEM NA ZIMNO</b><br>makaron - z <u>pszenicy</u> , wędlina - mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory; szpinak, majonez z <u>jaj</u><br><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria                   | <b>CHLEB ŻYTNİ RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny<br>– mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>SEREK TARTARE</b><br>z <u>mleka</u><br><b>TWARÓG</b><br>z <u>mleka</u><br><b>SALATA</b> | <b>E</b> 2720 kcal<br><b>B</b> 113 g<br><b>T</b> 102.7 g<br><b>NKT</b> 30 g<br><b>W</b> 346 g<br><b>C</b> 46.7 g<br><b>BI</b> 31.7 g<br><b>Sód</b> 1450 mg |
| <b>DIETA DLA</b><br><b>DZIECI</b>   | <b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , ryż<br><b>CHLEB ŻYTNİ RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny<br>– mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>MASŁO EKSTRA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>WĘDLINA</b><br>mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory<br><b>SER MOZZARELLA</b><br>z <u>mleka</u><br><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b><br><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b> |   | <b>ZUPA KOPERKOWA</b><br>woda, porcje rosolowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól<br><b>KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA</b><br><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b><br>łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy<br><b>SURÓWKA COLESŁAW</b><br>kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u> , przyprawy<br><b>KOMPOT</b> | <b>CHLEB ŻYTNİ RAZOWY</b><br>mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny<br>– mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól<br><b>CHLEB MIESZANY</b><br>mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u><br><b>SEREK TARTARE</b><br>z <u>mleka</u><br><b>PARÓWKA</b><br>mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , skrobia modyfikowana, białko wieprzowe kolagenowe, glukoza, stabilizatory, wzmacniacz smaku, przyprawy, przeciwutleniacz, substancja konserwująca<br><b>POMIDOR</b><br><b>KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU</b><br><u>mleko</u> , kawa zbożowa - <u>jęczmień</u> , <u>żyto</u> , cykoria | <b>MANDARYNKA</b>  | <b>E</b> 1820 kcal<br><b>B</b> 79.2 g<br><b>T</b> 95 g<br><b>NKT</b> 28.7 g<br><b>W</b> 170 g<br><b>C</b> 40.9 g<br><b>BI</b> 19.6 g<br><b>Sód</b> 1700 mg |

• **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, salatkach rybnych i pasztetach. (dokładny skład ww produktów w dziale żywienia).

• *Istnieje możliwość zmian w jadłospisie z przyczyn niezależnych od kuchni szpitalnej*