

## Jadłospis na dzień 13.05.2026

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>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYTNI 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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z jaj, czosnek <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO</b>	E 2300 kcal B 94.3 g T 63.3 g NKT 23.8 g W 351 g C 59.2 g BI 28.2 g Sód 1800 mg
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>D02</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<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>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM LEKKA</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, pomidor, kukurydza konserwowa, majonez- z jaj <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 2300 kcal B 94.3 g T 63.3 g NKT 23.8 g W 351 g C 59.2 g BI 28.2 g Sód 1800 mg
<b>DIETA Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>ŁATWO</b> <b>PRZYSWAJALNYCH</b> <b>WĘGLOWODANÓW</b> <b>D03</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b>	<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON PEŁNOZIARNISTY Z TWAROGIEM</b> makaron pełnoziarnisty – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z jaj, czosnek <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>SALATA</b>	E 2420 kcal B 125 g T 67.9 g NKT 25.9 g W 340 g C 38.6 g BI 28 g Sód 1900 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU D05	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje <u>pszenicy</u> , buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <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 WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM LEKKA</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, pomidor, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 2280 kcal B 95.4 g T 59.2 g NKT 20.4 g W 352 g C 59.2 g BI 28.2 g Sód 1870 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u>	<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje <u>pszenicy</u> , buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<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>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM LEKKA</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, pomidor, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 2490 kcal B 110.6 g T 70.5 g NKT 28.5 g W 364 g C 63.5 g BI 28.5 g Sód 1990 mg
DIETA PAPKOWATA D11	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 1960 kcal B 77 g T 40 g NKT 18 g W 333 g C 66.4 g BI 25.6 g Sód 1100 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> mleko, zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYJNI 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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BURACZKOWA PUR</b> woda, buraki, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYJNI 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>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>SALATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO</b>	E 2220 kcal B 103 g T 49.9 g NKT 23.8 g W 348 g C 619 g BI 26.3 g Sód 1660 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 KOBIEC W</b> <b>CIĄŻY I W</b> <b>OKRESIE</b> <b>LAKTACJI C01</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYTNI 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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u> <b>OGÓREK ŚWIEŻY</b>	<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u> , czosnek <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>SALATA</b>	<b>E</b> 2680 kcal <b>B</b> 136 g <b>T</b> 76.3 g <b>NKT</b> 30.8 g <b>W</b> 370 g <b>C</b> 50.7 g <b>Bl</b> 27.2 g <b>Sód</b> 1490 mg
<b>DIETA DLA</b> <b>DZIECI</b>	<b>ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , zacierka - mąka <u>pszenna</u> , woda, masa <u>jajowa</u> pasteryzowana <b>CHLEB ŻYTNI 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</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>JAJKO GOTOWANE</b> <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA BURACZKOWA</b> woda, porcje rosółowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>MAKARON Z TWAROGIEM</b> makaron – z <u>pszenicy</u> , twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , sól, pieprz <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI 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>DŻEM NISKOSŁODZONY</b> <b>SALATKA WIELOWARZYWNA Z KURCZAKIEM</b> kapusta pekińska, noga trybowana z kurczaka bez skóry, ogórki świeże, papryka świeża, kukurydza konserwowa, majonez- z <u>jaj</u> , czosnek <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JABŁKO</b>	<b>E</b> 1770 kcal <b>B</b> 72.4 g <b>T</b> 51.8 g <b>NKT</b> 20 g <b>W</b> 261 g <b>C</b> 59.7 g <b>Bl</b> 20.7 g <b>Sód</b> 1280 mg

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