Jadłospis na dzień 14.06.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB ŻYTNI 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, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KOTLET SCHABOWY SMAŻONY** dchab wieprzowy, jajka, bułka tarta – mąka pszenna, drożdże, olej rzepakowy, sól; olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI 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 **PASTA RYBNA Z MAKRELI I JAJKA** makrela wędzona, jajka, cebula, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 2020 kcal **B** 96.5 g **T** 76 g **NKT** 19.9 g **W** 244.6 g **C** 37.4 g **Bł** 20 g **Sód** 1990 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA RYBNA Z TUŃCZYKA I JAJKA** tuńczyk, jajka, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 1800 kcal **B** 97.9 g **T** 55.2 g **NKT** 20 g **W** 230 g **C** 39.9 g **Bł** 20.7 g **Sód** 2010 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	**CHLEB ŻYTNI 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, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SAŁATKA Z BROKUŁEM, POMIDOREM, JAJKIEM I KUKURYDZĄ** Brokuł, pomidor, jajko, kukurydza, jogurt naturalny - z mleka	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA RYBNA Z MAKRELI I JAJKA** makrela wędzona, jajka, cebula, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka **SAŁATA**	**E** 1880 kcal **B** 109 g **T** 60.7 g **NKT** 19 g **W** 236 g **C** 27.7 g **Bł** 23 g **Sód** 2010 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU D05	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA RYBNA Z TUŃCZYKA I JAJKA** tuńczyk, jajka, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **BANAN**	**E** 1810 kcal **B** 104.2 g **T** 43.9 g **NKT** 20.5 g **W** 260 g **C** 65.3 g **Bł** 25 g **Sód** 1340 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA RYBNA Z TUŃCZYKA I JAJKA** tuńczyk, jajka, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 2030 kcal **B** 120.8 g **T** 67.2 g **NKT** 21.5 g **W** 240 g **C** 40.3 g **Bł** 21.2 g **Sód** 2020 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **CUKINIA GOTOWANA** **KOMPOT**	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka **BUDYŃ** mleko, skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	**E** 1800 kcal **B** 71.8 g **T** 35.2 g **NKT** 19 g **W** 265 g **C** 60 g **Bł** 25.4 g **Sód** 1060 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB ŻYTNI 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, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PUR** makaron - z pszenicy, woda, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KOTLET ZIEMNIACZANY PIECZONY W SOSIE** ziemniaki, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z mąki pszennej, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI 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 **PASTA Z SOCZEWICY Z WARZYWAMI** soczewica, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 1800 kcal **B** 72.3 g **T** 42.9 g **NKT** 15.4 g **W** 264 g **C** 38.3 g **Bł** 25 g **Sód** 1660 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIET W CIĄŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB ŻYTNI 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, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SAŁATKA Z BROKUŁEM, POMIDOREM, JAJKIEM I KUKURYDZĄ** Brokuł, pomidor, jajko, kukurydza, jogurt naturalny - z mleka	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KOTLET SCHABOWY SMAŻONY** dchab wieprzowy, jajka, bułka tarta – mąka pszenna, drożdże, olej rzepakowy, sól; olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI 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 **PASTA RYBNA Z TUŃCZYKA I JAJKA** tuńczyk, jajka, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka **SAŁATA**	**E** 2370 kcal **B** 118 g **T** 75.2 g **NKT** 21.6 g **W** 313 g **C** 39.4 g **Bł** 27.8 g **Sód** 1500 mg
DIETA DLA DZIECI	**KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, kasza manna - z pszenicy **CHLEB ŻYTNI 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, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK HAGA** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KOTLET SCHABOWY SMAŻONY** dchab wieprzowy, jajka, bułka tarta – mąka pszenna, drożdże, olej rzepakowy, sól; olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI 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 **PASTA RYBNA Z TUŃCZYKA I JAJKA** tuńczyk, jajka, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 1680 kcal **B** 89.3 g **T** 76.3 g **NKT** 19.3 g **W** 165 g **C** 29.7 g **Bł** 13.9 g **Sód** 1700 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*