Jadłospis na dzień 17.06.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 **SER ŻÓŁTY** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA COLESŁAW** kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E 2000 kcal** **B 88.5 g** **T 65.5 g** **NKT 22 g** **W 272 g** **C 42 g** **Bł 33 g** **Sód 1968 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** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI LEKKI** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK** **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **TWAROŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E 1800 kcal** **B 83.2 g** **T 47.7 g** **NKT 20 g** **W 268 g** **C 39.7 g** **Bł 31.4 g** **Sód 1760 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 **SER ŻÓŁTY** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SAŁATKA Z SEREM MOZZARELLA** sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z mleka, olej rzepakowy, przyprawy	**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA COLESŁAW** kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA**	**E 2000 kcal** **B 90.7 g** **T 71.5 g** **NKT 20.6 g** **W 265 g** **C 32.6 g** **Bł 30.9 g** **Sód 2000 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	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 WIEJSKI LEKKI** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK** **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **TWAROŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY** **BANAN**	**E** 1800 kcal **B** 87.7 g **T** 39.5 g **NKT** 15.1 g **W** 270 g **C** 39.8 g **Bł** 31 g **Sód** 1790 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 WIEJSKI LEKKI** z mleka **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**ZUPA KRUPNIK** **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **TWAROŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E** 2000 kcal **B** 100.7 g **T** 54.2 g **NKT** 22.9 g **W** 284 g **C** 46 g **Bł** 32 g **Sód** 2000 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **SEREK TARTARE** z mleka **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY** **KISIEL OWOCOWY** woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**ZUPA KRUPNIK** **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E** 1850 kcal **B** 95.7 g **T** 42.8 g **NKT** 15.8 g **W** 280 g **C** 50 g **Bł** 30.4 g **Sód** 1170 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 **SER ŻÓŁTY** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK PUR** woda, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA COLESŁAW** kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E** 1890 kcal **B** 79.8 g **T** 57 g **NKT** 21.4 g **W** 272 g **C** 42.5 g **Bł** 32.6 g **Sód** 1932 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	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 WIEJSKI** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SAŁATKA Z SEREM MOZZARELLA** sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z mleka, olej rzepakowy, przyprawy	**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA COLESŁAW** kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA**	**E 2340 kcal** **B 103.7 g** **T 73.7 g** **NKT 21.5 g** **W 325 g** **C 46.3 g** **Bł 33.9 g** **Sód 1600 mg**
DIETA DLA DZIECI	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 **SER ŻÓŁTY** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA COLESŁAW** kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy **KOMPOT**	**CZEKOLADOWA KASZA JAGLANA NA MLEKU** mleko, kasza jaglana, kakao, czekolada- z mleka **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**KISIEL OWOCOWY** woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	**E 1400 kcal** **B 61 g** **T 57.8 g** **NKT 19 g** **W 165 g** **C 48 g** **Bł 19.8 g** **Sód 1200 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*