

Jadłospis na dzień 20.05.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	<p>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż</p> <p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SER ŻÓŁTY z mleka</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosółowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>SOK WARZYWNY</p>	<p>E 2040 kcal</p> <p>B 98.3 g</p> <p>T 66.4 g</p> <p>NKT 21.2 g</p> <p>W 268 g</p> <p>C 40.5 g</p> <p>BI 29.6 g</p> <p>Sód 1968 mg</p>
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	<p>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SEREK WIEJSKI LEKKI z mleka</p> <p>MARCHEW GOTOWANA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA KRUPNIK</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>SURÓWKA Z SALATY Z JOGURTEM</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB MIESZANY mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>TWAROŻEK twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>SOK WARZYWNY</p>	<p>E 1850 kcal</p> <p>B 92.9 g</p> <p>T 48.6 g</p> <p>NKT 19 g</p> <p>W 264 g</p> <p>C 38.2 g</p> <p>BI 27.9 g</p> <p>Sód 1760 mg</p>
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	<p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SER ŻÓŁTY z mleka</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>SALATKA Z SEREM MOZZARELLA sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z mleka, olej rzepakowy, przyprawy</p>	<p>ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosółowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pierś z kurczaka, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z jaj, przyprawy</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>SEREK TARTARE z mleka</p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SALATA</p>	<p>E 2000 kcal</p> <p>B 99.4 g</p> <p>T 72.2 g</p> <p>NKT 19.7 g</p> <p>W 254 g</p> <p>C 30.9 g</p> <p>BI 27 g</p> <p>Sód 2000 mg</p>

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	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK ZIEMNIAKI GOTOWANE ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól SURÓWKA Z SALATY Z <u>JOGURTEM</u> KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY BANAN	E 1800 kcal B 97.4 g T 40.4 g NKT 14.2 g W 265 g C 38.3 g BI 27.5 g Sód 1790 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KRUPNIK ZIEMNIAKI GOTOWANE ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól SURÓWKA Z SALATY Z <u>JOGURTEM</u> KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 2000 kcal B 109.4 g T 54.2 g NKT 21.9 g W 273 g C 44.5 g BI 28.2 g Sód 2000 mg
DIETA PAPKOWATA D11	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż SEREK TARTARE z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier		ZIEMNIAKI GOTOWANE ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pierś z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u> , przyprawy KOMPOT	ZUPA KRUPNIK CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 1880 kcal B 104.9 g T 43.6 g NKT 14.9 g W 273 g C 48.5 g BI 26.7 g Sód 1170 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU mleko, ryż CHLEB ŻYJNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK PUR woda, kasza <u>jęczmienna</u> , ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> 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 ŻYJNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , papryka świeża POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 1920 kcal B 80.9 g T 57.3 g NKT 21.4 g W 278 g C 42.6 g BI 33 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	<p>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u>, ryż</p> <p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u></p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>SALATKA Z SEREM MOZZARELLA sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z <u>mleka</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p>	<p>ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosółowe, kasza <u>jęczmienna</u>, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pień z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u>, przyprawy</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z <u>mleka</u>, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, papryka świeża</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SALATA</p>	<p>E 2340 kcal</p> <p>B 112 g</p> <p>T 74.4 g</p> <p>NKT 20.6 g</p> <p>W 314 g</p> <p>C 44.8 g</p> <p>Bl 30 g</p> <p>Sód 1600 mg</p>
DIETA DLA DZIECI	<p>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u>, ryż</p> <p>CHLEB ŻYTNI RAZOWY mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>SEREK TARTARE z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosółowe, kasza <u>jęczmienna</u>, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>ROLADKA DROBIOWA PIECZONA Z WARZYWAMI pień z kurczaka, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u>, przyprawy</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CZEKOLADOWA KASZA JAGLANA NA MLEKU <u>mleko</u>, kasza jaglana, kakao, czekolada- z <u>mleka</u></p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier</p>	<p>E 1400 kcal</p> <p>B 70.2 g</p> <p>T 58.6 g</p> <p>NKT 18.15 g</p> <p>W 156 g</p> <p>C 47.2 g</p> <p>Bl 16 g</p> <p>Sód 1200 mg</p>

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

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