

## Jadłospis na dzień 21.05.2026

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>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>sele</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYZCZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <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>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlna - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj <b>POMIDOR</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO</b>	E 1820 kcal B 70.4 g T 48.9 g NKT 16.4 g W 284 g C 47.8 g BI 34.7 g Sód 1980 mg
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>D02</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>SALATA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>sele</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól <b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <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>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlna - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj <b>POMIDOR</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>JABŁKO PIECZONE</b>	E 1700 kcal B 62.4 g T 41.5 g NKT 17 g W 247 g C 46 g BI 30.2 g Sód 1990 mg
<b>DIETA Z</b> <b>OGROANICZENIEM</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>MASŁO EKSTRA</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>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>sele</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYZCZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <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>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlna - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj <b>POMIDOR</b> <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>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>SALATA</b>	E 1910 kcal B 83.9 g T 55.5 g NKT 20.3 g W 284 g C 41.4 g BI 33.2 g Sód 1990 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA LATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TLUSZCZU D05	<p><b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki kukurydziane</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>DŻEM NISKOSŁODZONY</b></p> <p><b>SALATA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>		<p><b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b></p> <p><b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka - z <u>mleka</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z <u>jaj</u></p> <p><b>POMIDOR</b></p> <p><b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u>, kakao</p>	<p><b>SEREK WIEJSKI LEKKI</b> z <u>mleka</u></p>	<p>E 1700 kcal</p> <p>B 72.8 g</p> <p>T 35.7 g</p> <p>NKT 11.5 g</p> <p>W 245 g</p> <p>C 44.3 g</p> <p>BI 27.7 g</p> <p>Sód 1980 mg</p>
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	<p><b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki kukurydziane</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>SALATA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>	<p><b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u></p>	<p><b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b></p> <p><b>FILET DROBIOWY GOTOWANY</b></p> <p><b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka - z <u>mleka</u>, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z <u>jaj</u></p> <p><b>POMIDOR</b></p> <p><b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u>, kakao</p>	<p><b>JABŁKO PIECZONE</b></p> <p><b>SEREK WIEJSKI LEKKI</b> z <u>mleka</u></p>	<p>E 1970 kcal</p> <p>B 109 g</p> <p>T 49.6 g</p> <p>NKT 18.6 g</p> <p>W 257 g</p> <p>C 50.3 g</p> <p>BI 30.2 g</p> <p>Sód 2050 mg</p>
DIETA PAPKOWATA D11	<p><b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki kukurydziane</p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>JAJKO GOTOWANE</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>		<p><b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b></p> <p><b>WARZYWNY GULASZ DUSZONY</b> pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u>, kakao</p>	<p><b>JABŁKO PIECZONE</b></p> <p><b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u></p>	<p>E 1750 kcal</p> <p>B 77.8 g</p> <p>T 42.7 g</p> <p>NKT 20.4 g</p> <p>W 235 g</p> <p>C 51 g</p> <p>BI 30.8 g</p> <p>Sód 1300 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p><b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> mleko, płatki kukurydziane</p> <p><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</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>		<p><b>ZUPA KOPERKOWA PUR</b> woda, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b></p> <p><b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><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</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM</b> <u>jajka</u>, majonez - z <u>jaj</u>, szczypiorek, przyprawy</p> <p><b>POMIDOR</b></p> <p><b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u>, kakao</p>	<p><b>JABŁKO</b></p>	<p>E 2030 kcal</p> <p>B 84.7 g</p> <p>T 66.4 g</p> <p>NKT 34.8 g</p> <p>W 285 g</p> <p>C 47.8 g</p> <p>BI 34.8 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
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>DLA KOBIET W</b> <b>CIĄŻY I W</b> <b>OKRESIE</b> <b>LAKTACJI C01</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <b>CHLEB ŻYTNIA 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>JOGURT NATURALNY</b> z <u>mleka</u> <b>JABŁKO</b>	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj <b>POMIDOR</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>SER MOZZARELLA LIGHT</b> z <u>mleka</u> <b>SALATA</b>	<b>E</b> 2160 kcal <b>B</b> 91.9 g <b>T</b> 60.9 g <b>NKT</b> 23.2 g <b>W</b> 322 g <b>C</b> 52.3 g <b>BI</b> 36.6 g <b>Sód</b> 1450 mg
<b>DIETA DLA</b> <b>DZIECI</b>	<b>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , płatki kukurydziane <b>CHLEB ŻYTNIA 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>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u> <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>ZUPA KOPERKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b> <b>WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY</b> Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNIA 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>PASTA Z WĘDLINY</b> wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj <b>POMIDOR</b> <b>KAKAO NA MLEKU</b> <u>mleko</u> , kakao	<b>SOK OWOCOWY</b>	<b>E</b> 1500 kcal <b>B</b> 57 g <b>T</b> 44.9 g <b>NKT</b> 15.8 g <b>W</b> 219.8 g <b>C</b> 58.8 g <b>BI</b> 23.1 g <b>Sód</b> 1520 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, 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*