Jadłospis na dzień 23.06.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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** **WĄTRÓBKA GOTOWANA W SOSIE** wątróbka drobiowa, olej rzepakowy, przyprawy, mąka pszenna **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **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 **SAŁATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**MUS OWOCOWY**	**E** 2170 kcal **B** 103 g **T** 66.5 g **NKT** 25.7 g **W** 293 g **C** 42 g **Bł** 27.5 g **Sód** 1940 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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** **WĄTRÓBKA GOTOWANA W SOSIE** wątróbka drobiowa, olej rzepakowy, przyprawy, mąka pszenna **MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA** marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**MUS OWOCOWY**	**E** 1980 kcal **B** 101 g **T** 50.6 g **NKT** 24.4 g **W** 285 g **C** 41 g **Bł** 26.8 g **Sód** 1920 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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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** **WĄTRÓBKA GOTOWANA W SOSIE** wątróbka drobiowa, olej rzepakowy, przyprawy, mąka pszenna **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **SAŁATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ** **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 **TWARÓG** z mleka **SAŁATA**	**E** 1980 kcal **B** 115.4 g **T** 68.9 g **NKT** 21.6 g **W** 238 g **C** 26.8 g **Bł** 25 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	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA** marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **DŻEM NISKOSŁODZONY** **TWARÓG** z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**MUS OWOCOWY**	**E 1700 kcal** **B 89 g** **T 28.6 g** **NKT 13 g** **W 259 g** **C 50 g** **Bł 26.3 g** **Sód 1720 mg**
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**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** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA** marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**MUS OWOCOWY**	**E 2040 kcal** **B 105.3 g** **T 52.6 g** **NKT 25.6 g** **W 292 g** **C 45.3 g** **Bł 26.8 g** **Sód 1980 mg**
DIETA PAPKOWATA D11	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **MASŁO EKSTRA** z mleka **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY** **KISIEL OWOCOWY** woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **WĄTRÓBKA GOTOWANA W SOSIE** wątróbka drobiowa, olej rzepakowy, przyprawy, mąka pszenna **MARCHEW 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 **SEREK TARTARE** z mleka **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**MUS OWOCOWY**	**E 1900 kcal** **B 107.4 g** **T 53.9 g** **NKT 25.4 g** **W 253 g** **C 59.4 g** **Bł 21.9 g** **Sód 1330 mg**
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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 **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KOTLET Z CUKINII W SOSIE** Cukinia, marchew, pietruszka korzeń, jajka, bułka tarta - z pszenicy, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **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 **SAŁATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**MUS OWOCOWY**	**E 2200 kcal** **B 91.4 g** **T 64.4 g** **NKT 24.7 g** **W 321 g** **C 48 g** **Bł 31.9 g** **Sód 1960 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	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **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 **SAŁATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ** **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 **TWARÓG** z mleka **SAŁATA**	**E 2430 kcal** **B 136.4 g** **T 71.9 g** **NKT 26.8 g** **W 317 g** **C 43.7 g** **Bł 28 g** **Sód 1500 mg**
DIETA DLA DZIECI	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **SER MOZZARELLA LIGHT** z mleka **POMIDOR** **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** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**MUS OWOCOWY**	**E 1620 kcal** **B 27.2 g** **T 53.2 g** **NKT 22.1 g** **W 202 g** **C 49.3 g** **Bł 18.2 g** **Sód 960 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*