Jadłospis na dzień 28.06.2026

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 **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA PIECZARKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, pieczarki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana - z mleka, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 I SUSZONYCH POMIDORÓW** soczewica, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** z mleka **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**MUS OWOCOWY**	**E** 2420 kcal **B** 110 g **T** 80 g **NKT** 24.7 g **W** 323 g **C** 54 g **Bł** 35.9 g **Sód** 2000 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 **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**BULION WARZYWNY Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **POMIDOR** **SAŁATA** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**MUS OWOCOWY**	**E** 2350 kcal **B** 94 g **T** 73.2 g **NKT** 23.7 g **W** 335 g **C** 49.8 g **Bł** 30.7 g **Sód** 1780 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SAŁATKA Z SEREM MOZZARELLA** sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z mleka, olej rzepakowy, przyprawy	**ZUPA PIECZARKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, pieczarki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana - z mleka, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA SZWEDZKA** ogórek, marchew, cebula, czosnek, olej rzepakowy, ocet, cukier, sól, pieprz, gorczyca **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 SOCZEWICY I SUSZONYCH POMIDORÓW** soczewica, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** z mleka **POMIDOR** **PATISON** **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, przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA**	**E** 2190 kcal **B** 106 g **T** 75.7 g **NKT** 24.3 g **W** 285 g **C** 22.5 g **Bł** 30.4 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	**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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**BULION WARZYWNY Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **POMIDOR** **SAŁATA** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**MUS OWOCOWY**	**E** 2060 kcal **B** 90.8 g **T** 53.4 g **NKT** 13.9 g **W** 309 g **C** 48 g **Bł** 28.7 g **Sód** 1630 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 **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**KOKTAJL OWOCOWY** jogurt naturalny - z mleka, banan	**BULION WARZYWNY Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **SEREK TARTARE** z mleka **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **POMIDOR** **SAŁATA** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**JOGURT NATURALNY** z mleka	**E** 2500 kcal **B** 100.8 g **T** 76 g **NKT** 25 g **W** 366 g **C** 78.2 g **Bł** 33.6 g **Sód** 1900 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **SEREK TARTARE** z mleka **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**BULION WARZYWNY Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**MUS OWOCOWY**	**E** 2030 kcal **B** 79.5 g **T** 58.2 g **NKT** 23.4 g **W** 302 g **C** 53.8 g **Bł** 22.7 g **Sód** 1130 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 **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA PIECZARKOWA PUR** woda, ziemniaki, pieczarki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana - z mleka, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 I SUSZONYCH POMIDORÓW** soczewica, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** z mleka **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**MUS OWOCOWY**	**E** 2210 kcal **B** 87.5 g **T** 70.3 g **NKT** 21.8 g **W** 316 g **C** 56.9 g **Bł** 40.2 g **Sód** 1940 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 **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SAŁATKA Z SEREM MOZZARELLA** sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z mleka, olej rzepakowy, przyprawy	**ZUPA PIECZARKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, pieczarki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana - z mleka, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 I SUSZONYCH POMIDORÓW** soczewica, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**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 2500 kcal** **B 113 g** **T 81.8 g** **NKT 22.3 g** **W 338 g** **C 51.8 g** **Bł 35.9 g** **Sód 1490 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 **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA PIECZARKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, pieczarki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana - z mleka, pieprz, sól **KASZA GRYCZANA GOTOWANA** **PULPET GOTOWANY W SOSIE POMIDOROWYM** łopatka wieprzowa bez kości, jajka, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, przyprawy **SURÓWKA Z BURAKA** buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 I SUSZONYCH POMIDORÓW** soczewica, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** z mleka **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**MUS OWOCOWY**	**E 1700 kcal** **B 78.7 g** **T 61.9 g** **NKT 18.9 g** **W 216 g** **C 45.9 g** **Bł 25.4 g** **Sód 1350 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*