

Jadłospis na dzień 29.05.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u> . CHLEB ŻYTNIA 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 JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u> SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT JABŁKO	CHLEB ŻYTNIA 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> ŚLEDZIK W ŚMIETANIE Z CEBULĄ I OGÓRKIEM śledź, cebula, ogórek kiszony, śmietana - z <u>mleka</u> , pieprz NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2016 kcal B 94.7 g T 62.9 g NKT 22.2 g W 275 g C 55 g BI 23.6 g Sód 2100 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u> . 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 JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u> SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT MUS OWOCOWY	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATKA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> , marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2260 kcal B 101 g T 72.2 g NKT 21.3 g W 306 g C 38.8 g BI 25.9 g Sód 1920 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNOŚCI WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY	ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON PEŁNOZIARNISTY z <u>pszenicy</u> SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT JABŁKO	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> ŚLEDZIK W ŚMIETANIE Z CEBULĄ I OGÓRKIEM śledź, cebula, ogórek kiszony, śmietana - z <u>mleka</u> , pieprz NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK Z RZODKIEWKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , rzodkiewka SALATA	E 2000 kcal B 94 g T 61 g NKT 20.4 g W 272 g C 42.5 g BI 24.3 g Sód 2100 mg

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	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , 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 JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>sele</u> r korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u> SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT MUS OWOCOWY	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATKA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> , marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2260 kcal B 101 g T 72.2 g NKT 21.3 g W 306 g C 38.8 g BI 25.9 g Sód 1920 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , 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 JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> POMIDOR	ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>sele</u> r korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u> SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT MUS OWOCOWY	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATKA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , <u>tuńczyk</u> , marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2420 kcal B 119 g T 77 g NKT 21.3 g W 318 g C 40.2 g BI 26.9 g Sód 1970 mg
DIETA PAPKOWATA D11	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , SEREK TARTARE z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u> SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT MUS OWOCOWY	ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>sele</u> r korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1900 kcal B 84.2 g T 60.8 g NKT 22 g W 251 g C 45 g BI 21.5 g Sód 1200 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , 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 JAJKO GOTOWANE POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA SZPINAKOWA PUR woda, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>sele</u> r korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u> SOS POMIDOROWY Z WARZYWAMI DUSZONY soczewica, marchew, <u>sele</u> r korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól KOMPOT JABŁKO	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> SALATKA Z KASZY KUSKUS Z WARZYWAMI kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , ogórek świeży, kukurydza konserwowa, papryka świeża, majonez - z jaj, przyprawy NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2000 kcal B 76 g T 62.9 g NKT 17.2 g W 294 g C 63 g BI 34 g Sód 1848 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA DLA KOBIEC W CIAŻY I W OKRESIE LAKTACJI C01	<p>KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u>, kasza manna - z <u>pszenicy</u></p> <p>CHLEB ŻYTNII 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>JAJKO GOTOWANE</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u></p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p>	<p>ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u></p> <p>SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól</p> <p>KOMPOT</p> <p>JABŁKO</p>	<p>CHLEB ŻYTNII 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>SALAATKA Z KASZY KUSKUS I TUŃCZYKA kasza kuskus - z <u>pszenicy</u>, <u>tuńczyk</u>, marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>CHLEB ŻYTNII 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>TWAROŻEK Z RZODKIEWKĄ twaróg - z <u>mleka</u>, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, rzodkiewka</p> <p>SALAATA</p>	<p>E 2480 kcal</p> <p>B 111 g</p> <p>T 79 g</p> <p>NKT 24.4 g</p> <p>W 339 g</p> <p>C 52 g</p> <p>BI 29.6 g</p> <p>Sód 1500 mg</p>
DIETA DLA DZIECI	<p>KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u>, kasza manna - z <u>pszenicy</u></p> <p>CHLEB ŻYTNII 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>PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM <u>jajka</u>, majonez - z <u>jajek</u>, szczypiorek, pieprz, sól</p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA SZPINAKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, szpinak, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>MAKARON GOTOWANY z <u>pszenicy</u></p> <p>SOS BOŁOŃSKI Z MIĘSEM DUSZONY łopatka wieprzowa bez kości, marchew, koncentrat pomidorowy, cebula, przyprawy ziołowe, pieprz, sól</p> <p>KOMPOT</p> <p>KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier</p>	<p>CHLEB ŻYTNII 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>DŻEM NISKOSŁODZONY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>E 1600 kcal</p> <p>B 74.6 g</p> <p>T 53.8 g</p> <p>NKT 17.5 g</p> <p>W 198 g</p> <p>C 49.5 g</p> <p>BI 13.9 g</p> <p>Sód 1330 mg</p>

• **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, 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*