

Jadłospis na dzień 03.07.2026

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>pszencicy</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> przeciwutleniające, stabilizatory JAJKO GOTOWANE OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY SMAŻONY W PANIERCE <u>dorsz</u> filet, bułka tarta – mąka <u>pszenna</u> , drożdże, olej rzepakowy, sól; olej rzepakowy SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy KOMPOT	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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> PASTA Z FASOLI MEKSYKAŃSKA fasola czerwona, cebula, czosnek, olej rzepakowy, przyprawy SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2130 kcal B 102.6 g T 74.4 g NKT 19.8 g W 271 g C 37.2 g BI 26.2 g Sód 2100 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszencicy</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> przeciwutleniające, stabilizatory JAJKO GOTOWANE SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet MARCHEW GOTOWANA KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszencicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> MUS OWOCOWY	E 2140 kcal B 104.9 g T 67.5 g NKT 19 g W 283 g C 40 g BI 30 g Sód 1780 mg
DIETA Z OGROANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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> przeciwutleniające, stabilizatory JAJKO GOTOWANE OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> JABŁKO	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy KOMPOT	CHLEB ŻYTNIA RAZOWY mąka <u>żytnia</u> , woda, mąka <u>pszenna</u> , kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u> , woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> PASTA Z FASOLI MEKSYKAŃSKA fasola czerwona, cebula, czosnek, olej rzepakowy, przyprawy SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR 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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> SALATA	E 2150 kcal B 101.4 g T 76.9 g NKT 20.6 g W 278 g C 42 g BI 30 g Sód 2030 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 <u>mleko</u> , 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 SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet MARCHEW GOTOWANA KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> MUS OWOCOWY	E 2050 kcal B 102.8 g T 58.8 g NKT 15.5 g W 282 g C 40 g BI 30.2 g Sód 1840 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , 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 SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet MARCHEW GOTOWANA KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> PASTA WARZYWNA Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u> , marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> MUS OWOCOWY	E 2350 kcal B 112.5 g T 74 g NKT 22.9 g W 312 g C 56 g BI 30.6 g Sód 1920 mg
DIETA PAPKOWATA D11	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , kasza manna - z <u>pszenicy</u> , MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet MARCHEW GOTOWANA KOMPOT	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> MUS OWOCOWY BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	E 1970 kcal B 98 g T 45.8 g NKT 19.2 g W 299 g C 64.5 g BI 27.3 g Sód 1400 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , 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 OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK RYŻOWY PUR woda, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE FILET RYBNY SMAŻONY W PANIERCE <u>dorsz</u> filet, bułka tarta – mąka <u>pszenna</u> , drożdże, olej rzepakowy, sól; olej rzepakowy SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy KOMPOT	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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> PASTA Z FASOLI MEKSYKAŃSKA fasola czerwona, cebula, czosnek, olej rzepakowy, przyprawy SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2130 kcal B 102 g T 74.4 g NKT 19.8 g W 271 g C 37.2 g BI 26.2 g Sód 2040 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	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , 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> przeciwutleniające, stabilizatory JAJKO GOTOWANE OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> JABŁKO	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIANKI GOTOWANE FILET RYBNY SMAŻONY W PANIERCE <u>dorsz</u> filet, bułka tarta – mąka <u>pszenna</u> , drożdże, olej rzepakowy, sól; olej rzepakowy MARCHEW GOTOWANA KOMPOT	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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> PASTA Z FASOLI MEKSYKAŃSKA fasola czerwona, cebula, czosnek, olej rzepakowy, przyprawy SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR 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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u> SALATA	E 2320 kcal B 112.5 g T 70.4 g NKT 24.4 g W 319 g C 54.7 g BI 30 g Sód 1430 mg
DIETA DLA DZIECI	KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU <u>mleko</u> , 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory JAJKO GOTOWANE OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIANKI GOTOWANE PALUSZKI RYBNE filet z <u>mintaja</u> , mąka <u>pszenna</u> , drożdże, sól, papryka mielona, kurkuma, woda, olej rzepakowy, sól SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy KOMPOT	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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> DŻEM NISKOSŁODZONY SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1700 kcal B 80 g T 71.4 g NKT 20.5 g W 192 g C 40 g BI 17.2 g Sód 1500 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*