

Jadłospis na dzień 05.07.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2230 kcal B 112 g T 86.3 g NKT 23.3 g W 256 g C 38.8 g BI 25 g Sód 1500 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK WARZYWNY	E 2020 kcal B 113.7 g T 61.2 g NKT 21.7 g W 259 g C 38.2 g BI 25.5 g Sód 1520 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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól 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 SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy 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> SALATA JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2210 kcal B 108.8 g T 89.8 g NKT 19.7 g W 256 g C 25.9 g BI 25.3 g Sód 1620 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	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>TWARÓG z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE</p> <p>WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł</p> <p>KOMPOT</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>RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	SOK WARZYWNY	E 2020 kcal B 113.8 g T 61.2 g NKT 21.6 g W 259.5 g C 28.4 g BI 25.6 g Sód 1520 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>TWARÓG z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>BUDYŃ mleko, skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii</p>	<p>ROSÓŁ Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, porcja rosolowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE</p> <p>WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł</p> <p>KOMPOT</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>RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2200 kcal B 122.4 g T 66.8 g NKT 24.9 g W 284 g C 58.4 g BI 25 g Sód 1720 mg
DIETA PAPKOWATA D11	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>UDKO Z KURCZAKA GOTOWANE</p> <p>WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł</p> <p>KOMPOT</p>	<p>BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p>FILET DROBIOWY GOTOWANY</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	SOK WARZYWNY	E 1840 kcal B 96.3 g T 53.9 g NKT 23.5 g W 248 g C 43 g BI 24 g Sód 1080 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p>PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</u></p> <p>CHLEB ŻYJNI 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>MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u></p> <p>WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p>TWARÓG z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>BULION WARZYWNY Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u>, woda, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>KOTLET ZIEMNIACZANY PIECZONY W SOSIE ziemniaki, jajka, mąka <u>pszenna</u>, bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u>, pieprz, sól</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYJNI 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>RYBA PO GRECKU PIECZONA <u>dorsz</u> filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy</p> <p>KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao</p>	SOK WARZYWNY	E 2290 kcal B 106.4 g T 81.4 g NKT 22.1 g W 289 g C 39.3 g BI 25 g Sód 1550 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	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalambar, marchew, olej rzepakowy, słonecznik ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT	ROSÓL Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> RYBA PO GRECKU PIECZONA dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	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> DŻEM NISKOSŁODZONY	E 2560 kcal B 120 g T 102 g NKT 26.4 g W 300 g C 55.4 g BI 27 g Sód 1480 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU mleko, płatki <u>owsiane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory TWARÓG z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	ROSÓL Z MAKARONEM makaron - z <u>pszenicy</u> , woda, porcje rosółowe, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE UDKO Z KURCZAKA PIECZONE SURÓWKA Z SALATY I POMIDORA sałata, pomidor, jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , pieprz, sól KOMPOT BANAN	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> NALEŚNIKI Z DŻEMEM mąka <u>pszenna</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko</u> , dżem, olej rzepakowy KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BUDYŃ <u>mleko</u> , skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	E 1900 kcal B 84.8 g T 74 g NKT 25 g W 230 g C 60.7 g BI 15 g Sód 1250 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*