

## Jadłospis na dzień 06.07.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
<b>DIETA</b> <b>PODSTAWOWA</b> <b>D01</b>	<b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b> mleko, ryż <b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z mleka <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA Z SOCZEWICĄ</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYZANA GOTOWANA</b> <b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b> łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy <b>WARZYWA GOTOWANE</b> marchew, kalafior, brokuł <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka <b>PASTA CHRZANOWO - TWAROGOWA</b> twaróg – z mleka, jogurt naturalny – z mleka, chrzan <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>GRUSZKA</b>	<b>E</b> 2070 kcal <b>B</b> 116 g <b>T</b> 56.6 g <b>NKT</b> 22.6 g <b>W</b> 287 g <b>C</b> 51.2 g <b>BI</b> 35 g <b>Sód</b> 1710 mg
<b>DIETA</b> <b>ŁATWOSTRAWNA</b> <b>D02</b>	<b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b> mleko, ryż <b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z mleka <b>SALATA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>		<b>ZUPA GRYSIKOWA</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z pszenicy, przyprawy ziołowe, pieprz, sól <b>KASZA JAGLANA GOTOWANA</b> <b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b> łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy <b>WARZYWA GOTOWANE</b> marchew, kalafior, brokuł <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB MIESZANY</b> mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa <b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka <b>PASTA TWAROGOWA</b> twaróg – z mleka, jogurt naturalny – z mleka <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>BANAN</b>	<b>E</b> 1980 kcal <b>B</b> 101.4 g <b>T</b> 54 g <b>NKT</b> 22 g <b>W</b> 255 g <b>C</b> 51.3 g <b>BI</b> 27.2 g <b>Sód</b> 1700 mg
<b>DIETA Z</b> <b>OGRANICZENIEM</b> <b>ŁATWO</b> <b>PRZYSWAJALNYCH</b> <b>WĘGLOWODANÓW</b> <b>D03</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory <b>SEREK WIEJSKI</b> z mleka <b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>SALATKA Z SEREM MOZZARELLA</b> sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z mleka, olej rzepakowy, przyprawy	<b>ZUPA Z SOCZEWICĄ</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, seler korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól <b>KASZA GRYZANA GOTOWANA</b> <b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b> łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy <b>WARZYWA GOTOWANE</b> marchew, kalafior, brokuł <b>KOMPOT</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>MASŁO EKSTRA</b> z mleka <b>PASTA CHRZANOWO - TWAROGOWA</b> twaróg – z mleka, jogurt naturalny – z mleka, chrzan <b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniające, stabilizatory <b>POMIDOR</b> <b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b>	<b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól <b>SEREK TARTARE</b> z mleka <b>PASTA WARZYWNA</b> Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy <b>SALATA</b>	<b>E</b> 2190 kcal <b>B</b> 116.7 g <b>T</b> 72.5 g <b>NKT</b> 21.1 g <b>W</b> 286 g <b>C</b> 31.1 g <b>BI</b> 37.5 g <b>Sód</b> 1800 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	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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 SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SAŁATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, pieprz, sól KASZA JAGLANA GOTOWANA GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy 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> PASTA TWAROGOWA twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BANAN	E 1950 kcal B 102.5 g T 50 g NKT 18.6 g W 256 g C 51.2 g BI 27.2 g Sód 1760 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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 SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SAŁATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, pieprz, sól KASZA JAGLANA GOTOWANA GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł 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 TWAROGOWA twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BANAN	E 2130 kcal B 116.1 g T 58.7 g NKT 24.7 g W 269 g C 57 g BI 27.5 g Sód 1850 mg
DIETA PAPKOWATA D11	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż SEREK TARTARE z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		KASZA JAGLANA GOTOWANA GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	ZUPA GRYSIKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z <u>pszenicy</u> , przyprawy ziołowe, 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	BANAN	E 1900 kcal B 94.1 g T 53.8 g NKT 19.2 g W 247 g C 56.5 g BI 27 g Sód 1180 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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 SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA Z SOCZEWICĄ PUR woda, ziemniaki, soczewica, <u>seler</u> korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA GRYZANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ DUSZONY pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł 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 CHRZANOWO - TWAROGOWA twaróg – z <u>mleka</u> , jogurt naturalny – z <u>mleka</u> , chrzan JAJECZNICA jajka, olej rzepakowy, pieprz, sól POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	GRUSZKA	E 2090 kcal B 111 g T 59.5 g NKT 26.6 g W 291 g C 52.5 g BI 36 g Sód 1650 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	<p><b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b> <u>mleko</u>, ryż</p> <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>	<p><b>SALATKA Z SEREM MOZZARELLA</b> sałata lodowa, pomidor, mozzarella - z <u>mleka</u>, olej rzepakowy, przyprawy</p>	<p><b>ZUPA Z SOCZEWICĄ</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, <u>seler</u> korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b></p> <p><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b> łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p><b>WARZYWA GOTOWANE</b> marchew, kalafior, brokuł</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PASTA CHRZANOWO - TWAROGOWA</b> twaróg – z <u>mleka</u>, jogurt naturalny – z <u>mleka</u>, chrzan</p> <p><b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>POMIDOR</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>	<p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>SEREK TARTARE</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PASTA WARZYWNA</b> Kasza kuskus - z <u>pszenicy</u>, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy</p> <p><b>SALATA</b></p>	<p>E 2450 kcal</p> <p>B 126 g</p> <p>T 80.7 g</p> <p>NKT 25.9 g</p> <p>W 317 g</p> <p>C 43.2 g</p> <p>Bl 39 g</p> <p>Sód 1460 mg</p>
DIETA DLA DZIECI	<p><b>RYŻ GOTOWANY NA MLEKU</b> <u>mleko</u>, ryż</p> <p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>WĘDLINA</b> mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>SEREK WIEJSKI</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PAPRYKA ŚWIEŻA</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>		<p><b>ZUPA Z SOCZEWICĄ</b> woda, porcje rosółowe, ziemniaki, soczewica, <u>seler</u> korzeń, pietruszka, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p><b>KASZA GRYCZANA GOTOWANA</b></p> <p><b>GULASZ WIEPRZOWY GOTOWANY Z WARZYWAMI</b> łopatka wieprzowa bez kości, seler korzeń, pietruszka, marchew, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p><b>WARZYWA GOTOWANE</b> marchew, kalafior, brokuł</p> <p><b>KOMPOT</b></p>	<p><b>CHLEB ŻYTNI RAZOWY</b> mąka <u>żytnia</u>, woda, mąka <u>pszenna</u>, kwas naturalny – mąka <u>żytnia</u>, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól</p> <p><b>CHLEB MIESZANY</b> mąka <u>pszenna</u>, woda, mąka <u>żytnia</u>, drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u></p> <p><b>MASŁO EKSTRA</b> z <u>mleka</u></p> <p><b>PASTA CHRZANOWO - TWAROGOWA</b> twaróg – z <u>mleka</u>, jogurt naturalny – z <u>mleka</u>, chrzan</p> <p><b>WĘDLINA DROB</b> mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory</p> <p><b>POMIDOR</b></p> <p><b>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</b></p>	<p><b>GRUSZKA</b></p>	<p>E 1570 kcal</p> <p>B 92.3 g</p> <p>T 51.6 g</p> <p>NKT 23 g</p> <p>W 195 g</p> <p>C 43.3 g</p> <p>Bl 26 g</p> <p>Sód 1220 mg</p>

• **Legenda do wartości odżywczych:** E – Energia, B – białko, T – tłuszcz, NKT – nasycone kwasy tłuszczowe, W – węglowodany, C – cukry proste, Bl – 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*