

Jadłospis na dzień 10.07.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA 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 PULPET RYBNY GOTOWANY dorsz filet, <u>jajka</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA WIELOWARZYWNA kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy 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> PASZTET DROBIOWY mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, serwatka - z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2070 kcal B 100 g T 67 g NKT 19.3 g W 278 g C 40.3 g BI 32.9 g Sód 2030 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> POMIDOR 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 PULPET RYBNY GOTOWANY dorsz filet, <u>jajka</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA WIELOWARZYWNA LEKKA kapusta pekińska, marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PASZTET DROBIOWY mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, serwatka - z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 2000 kcal B 97.9 g T 60 g NKT 15.2 g W 277 g C 39.8 g BI 23.2 g Sód 2030 mg
DIETA Z OGRA NICZENIEM 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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE PULPET RYBNY GOTOWANY dorsz filet, <u>jajka</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA WIELOWARZYWNA kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy 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> PASZTET DROBIOWY mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , przeciwutleniające, stabilizatory, serwatka - z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY 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 ZEGAR z <u>mleka</u> SALATA	E 2170 kcal B 102 g T 75.3 g NKT 24.8 g W 287 g C 38.6 g BI 31.9 g Sód 2040 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 KUKURYDZIANE NA MLEKU mleko, płatki kukurydziane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u></p> <p>POMIDOR</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>PULPET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet, <u>jajka</u>, bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u>, olej rzepakowy</p> <p>SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u>, przyprawy</p> <p>SURÓWKA WIELOWARZYWNA LEKKA kapusta pekińska, marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy</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>PASZTET DROBIOWY mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniające, stabilizatory, serwatka - z <u>mleka</u></p> <p>SALATA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>E 2000 kcal</p> <p>B 97.9 g</p> <p>T 60 g</p> <p>NKT 15.2 g</p> <p>W 277 g</p> <p>C 39.8 g</p> <p>BI 32.2 g</p> <p>Sód 2030 mg</p>
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	<p>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU mleko, płatki kukurydziane</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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory</p> <p>SEREK WIEJSKI 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>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>PULPET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet, <u>jajka</u>, bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u>, olej rzepakowy</p> <p>SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u>, przyprawy</p> <p>SURÓWKA WIELOWARZYWNA LEKKA kapusta pekińska, marchew, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy</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>PASZTET DROBIOWY mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, przeciwutleniające, stabilizatory, serwatka - z <u>mleka</u></p> <p>SALATA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>E 2260 kcal</p> <p>B 114.9 g</p> <p>T 69 g</p> <p>NKT 20.5 g</p> <p>W 308.4 g</p> <p>C 57.4 g</p> <p>BI 32.6 g</p> <p>Sód 1990 mg</p>
DIETA PAPKOWATA D11	<p>KASZA MANNA GOTOWANA NA MLEKU mleko, kasza manna - z <u>pszenicy</u></p> <p>JAJKO GOTOWANE</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>PULPET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet, <u>jajka</u>, bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u>, olej rzepakowy</p> <p>SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u>, przyprawy</p> <p>CUKINIA GOTOWANA</p> <p>KOMPOT</p>	<p>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, 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>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>E 1920 kcal</p> <p>B 104 g</p> <p>T 47.7 g</p> <p>NKT 15.9 g</p> <p>W 280 g</p> <p>C 51 g</p> <p>BI 30.6 g</p> <p>Sód 1450 mg</p>
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	<p>PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU mleko, płatki kukurydziane</p> <p>CHLEB ŻYTNIA 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>SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u></p> <p>PAPRYKA ŚWIEŻA</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>		<p>ZUPA KRUPNIK RYŻOWY PUR woda, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól</p> <p>ZIEMNIAKI GOTOWANE</p> <p>PULPET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet, <u>jajka</u>, bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u>, olej rzepakowy</p> <p>SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u>, przyprawy</p> <p>SURÓWKA WIELOWARZYWNA kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy</p> <p>KOMPOT</p>	<p>CHLEB ŻYTNIA 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>JAJECZNICA <u>jajka</u>, olej rzepakowy, pieprz, sól</p> <p>OGÓREK ŚWIEŻY</p> <p>NAPAR Z CZARNEJ HERBATY</p>	<p>JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u></p>	<p>E 2290 kcal</p> <p>B 112 g</p> <p>T 87.5 g</p> <p>NKT 32.3 g</p> <p>W 276 g</p> <p>C 40.7 g</p> <p>BI 32.6 g</p> <p>Sód 2040 mg</p>

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 KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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 DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniające, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KRUPNIK RYŻOWY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, ryż, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE PULPET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet, <u>jajka</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA WIELOWARZYWNA kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy 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> PASTA Z ZIEŁONEGO GROSZKU groszek konserwowy, słonecznik, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy OGÓREK ŚWIEŻY 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 ZEGAR z <u>mleka</u> SALATA	E 2100 kcal B 95.2 g T 61.4 g NKT 21.4 g W 303 g C 40.5 g BI 34.4 g Sód 1510 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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 SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA 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 PULPET RYBNY GOTOWANY <u>dorsz</u> filet, <u>jajka</u> , bułka tarta - z mąki <u>pszennej</u> , olej rzepakowy SOS KOPERKOWY koperek, olej rzepakowy, mąką <u>pszenna</u> , przyprawy SURÓWKA WIELOWARZYWNA kapusta biała, marchew, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy KOMPOT JABLKO	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 OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1780 kcal B 88.8 g T 67.2 g NKT 26.7 g W 216 g C 52 g BI 28.5 g Sód 1960 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*