

Jadłospis na dzień 03.09.2026

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 ŻYTN I 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTN I 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 CIECIERZYCY I SUSZONYCH POMIDORÓW ciecierzyca, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BANAN	E 2520 kcal B 112.7 g T 86 g NKT 17.7 g W 338 g C 83.4 g Bł 46 g Sód 2000 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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól 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 WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BANAN	E 2440 kcal B 110.7 g T 81.8 g NKT 17.5 g W 330.9 g C 82.5 g Bł 44.8 g Sód 1990 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNOŚCI WĘGLOWODANÓW D03	CHLEB ŻYTN I 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTN I 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> PASTA Z CIECIERZYCY I SUSZONYCH POMIDORÓW ciecierzyca, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	BULKA GRAHAM mąka <u>pszenna</u> graham, woda, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SALATA	E 2500 kcal B 112 g T 93.4 g NKT 15 g W 323.3 g C 51.3 g Bł 48.2 g Sód 2000 mg

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU D05	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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól 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 WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BANAN	E 2360 kcal B 108.6 g T 77.2 g NKT 17.2 g W 324.6 g C 82.1 g BI 43.3 g Sód 1990 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	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> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól 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 WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BANAN	E 2500 kcal B 115 g T 83.8 g NKT 18.7 g W 337 g C 86.7 g BI 44.8 g Sód 1980 mg
DIETA PAPKOWATA D11	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> JAJKO GOTOWANE SEREK TARTARE z <u>mleka</u> NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy WARZYWA GOTOWANE marchew, kalafior, brokuł KOMPOT	ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BANAN	E 1840 kcal B 84 g T 52.5 g NKT 18 g W 274.6 g C 77 g BI 39.4 g Sód 1300 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNi 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM WARZYWNY PUR woda, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ Z SOCZEWICĄ DUSZONY soczewica, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNi 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 CIECIERZYCY I SUSZONYCH POMIDORÓW ciecierzyca, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	BANAN	E 2320 kcal B 95.5 g T 72 g NKT 15.7 g W 339.4 g C 81.8 g BI 47 g Sód 1780 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 <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNi 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNi 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 CIECIERZYCY I SUSZONYCH POMIDORÓW ciecierzyca, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao	BULKA GRAHAM mąka <u>pszenna</u> graham, woda, drożdże, sól SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> SALATA	E	2780 kcal
						B	128.7 g
						T	101.6 g
						NKT	19.8 g
						W	359 g
						C	65.2 g
						Bi	51.2 g
						Sód	1490 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU <u>mleko</u>, płatki <u>owsiane</u> CHLEB ŻYTNi 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SER MOZZARELLA z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KREM WARZYWNY woda, porcje rosółowe, ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, brokuł, kalafior, natka pietruszki, przyprawy, śmietana - z <u>mleka</u> KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA POTRAWKA Z KURCZAKA GOTOWANA Z WARZYWAMI noga trybowana z kurczaka bez skóry, marchew, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z BURAKA buraki, olej rzepakowy, pieprz, sól KOMPOT	CHLEB ŻYTNi 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 CIECIERZYCY I SUSZONYCH POMIDORÓW ciecierzyca, marchew, suszone pomidory, olej rzepakowy, przyprawy WĘDLINA mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u>, serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u>, kakao	BANAN	E	1990 kcal
						B	89.4 g
						T	82.2 g
						NKT	22 g
						W	234 g
						C	72.8 g
						Bi	34 g
						Sód	1430 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 alergen : 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*