

Jadłospis na dzień 09.09.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosółowe, kasza <u>jęczmienna</u> , ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u> , przyprawy 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> TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , papryka świeża POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 2000 kcal B 88.5 g T 65.5 g NKT 22 g W 272 g C 42 g Bł 33 g Sód 1968 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	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 LEKKI z <u>mleka</u> MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z SALATY Z JOGURTEM KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 1800 kcal B 83.2 g T 47.7 g NKT 20 g W 268 g C 39.7 g Bł 31.4 g Sód 1760 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH 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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosółowe, kasza <u>jęczmienna</u> , ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść lauowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u> , przyprawy 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> TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , papryka świeża POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	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 SALATA	E 2080 kcal B 95 g T 75 g NKT 21 g W 273 g C 33.8 g Bł 34.8 g Sód 2200 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	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 LEKKI z <u>mleka</u> MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z SALATY Z <u>JOGURTEM</u> KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY BANAN	E 1800 kcal B 87.7 g T 39.5 g NKT 15.1 g W 270 g C 39.8 g Bł 31 g Sód 1790 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 LEKKI z <u>mleka</u> MARCHEW GOTOWANA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KRUPNIK ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA Z SALATY Z <u>JOGURTEM</u> KOMPOT	CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> SEREK TARTARE z <u>mleka</u> TWAROŻEK twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 2000 kcal B 100.7 g T 54.2 g NKT 22.9 g W 284 g C 46 g Bł 32 g Sód 2000 mg
DIETA PAPKOWATA D11	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż SEREK TARTARE z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier		ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy KOMPOT	ZUPA KRUPNIK CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> FILET DROBIOWY GOTOWANY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 1850 kcal B 95.7 g T 42.8 g NKT 15.8 g W 280 g C 50 g Bł 30.4 g Sód 1170 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż CHLEB ŻYJNI 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 SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK PUR woda, kasza <u>jęczmienna</u> , ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE WARZYWNY GULASZ DUSZONY pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z [aj], przyprawy KOMPOT	CHLEB ŻYJNI 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> TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , papryka świeża POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	SOK WARZYWNY	E 1890 kcal B 79.8 g T 57 g NKT 21.4 g W 272 g C 42.5 g Bł 32.6 g Sód 1932 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	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK WIEJSKI z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosolowe, kasza <u>jęczmienna</u> , ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u> , przyprawy 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> TWAROŻEK Z PAPRYKĄ twaróg - z <u>mleka</u> , jogurt naturalny - z <u>mleka</u> , papryka świeża POMIDOR NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	CHLEB ŻYTNI 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 SALATA	E	2400 kcal
DIETA DLA DZIECI	RYŻ GOTOWANY NA MLEKU <u>mleko</u> , ryż 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 mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SER ŻÓŁTY z <u>mleka</u> OGÓREK ŚWIEŻY NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KRUPNIK woda, porcje rosolowe, kasza <u>jęczmienna</u> , ziemniaki, pietruszka korzeń, <u>seler</u> korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól ZIEMNIAKI GOTOWANE KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy SURÓWKA COLESŁAW kapusta biała, marchew, cebula, majonez - z <u>jaj</u> , przyprawy KOMPOT	CZEKOLADOWA KASZA JAGLANA NA MLEKU <u>mleko</u> , kasza jaglana, kakao, czekolada- z <u>mleka</u> NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	KISIEL OWOCOWY woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	E	1400 kcal
						B	61 g
						T	57.8 g
						NKT	19 g
						W	165 g
						C	48 g
						Bl	19.8 g
						Sód	1200 mg

• **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*