

Jadłospis na dzień 10.09.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA GRYZANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła 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 WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	JABŁKO	E 1820 kcal B 70.4 g T 48.9 g NKT 16.4 g W 284 g C 47.8 g Bł 34.7 g Sód 1980 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JAGLANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ DUSZONY Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła 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 Z WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	JABŁKO PIECZONE	E 1700 kcal B 62.4 g T 41.5 g NKT 17 g W 247 g C 46 g Bł 30.2 g Sód 1990 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 MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> JABŁKO	ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA GRYZANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła 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 WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj 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> SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> SALATA	E 1910 kcal B 83.9 g T 55.5 g NKT 20.3 g W 284 g C 41.4 g Bł 33.2 g Sód 1990 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	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> przeciwutleniacze, stabilizatory DŻEM NISKOSŁODZONY SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JAGLANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ DUSZONY Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła KOMPOT	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 POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u>	E 1700 kcal B 76.7 g T 29.9 g NKT 10.6 g W 264.4 g C 58.7 g BI 30.8 g Sód 2000 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> SALATA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA JAGLANA GOTOWANA FILET DROBIOWY GOTOWANY WARZYWNY GULASZ DUSZONY Pieczarki, papryka, cukinia, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła 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 Z WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z <u>ja</u> POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	JABŁKO PIECZONE SEREK WIEJSKI LEKKI z <u>mleka</u>	E 1970 kcal B 109 g T 49.6 g NKT 18.6 g W 257 g C 50.3 g BI 30.2 g Sód 2050 mg
DIETA PAPKOWATA D11	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> JAJKO GOTOWANE NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		KASZA JAGLANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ DUSZONY pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy KOMPOT	ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól CHLEB MIESZANY mąka <u>pszenna</u> , woda, mąka <u>żytnia</u> , drożdże, sól, mąka <u>sojowa</u> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	JABŁKO PIECZONE JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u>	E 1750 kcal B 77.8 g T 42.7 g NKT 20.4 g W 235 g C 51 g BI 30.8 g Sód 1300 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane 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> MASŁO EKSTRA z <u>mleka</u> WĘDLINA DROB mięso drobiowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka w proszku - z <u>mleka</u> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KOPERKOWA PUR woda, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszka korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA GRYZANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY Ciecierzycza, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła 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> PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIONIEM <u>jajka</u> , majonez - z <u>ja</u> , szczypiorek, przyprawy POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	JABŁKO	E 2030 kcal B 84.7 g T 66.4 g NKT 34.8 g W 285 g C 47.8 g BI 34.8 g Sód 2000 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 KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane CHLEB ŻYTNİ 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY	JOGURT NATURALNY z <u>mleka</u> JABŁKO	ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszką korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA GRYCZANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY Ciecierzycą, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła KOMPOT	CHLEB ŻYTNİ 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 WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	CHLEB ŻYTNİ 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> SER MOZZARELLA LIGHT z <u>mleka</u> SALATA	E 2160 kcal B 91.9 g T 60.9 g NKT 23.2 g W 322 g C 52.3 g BI 36.6 g Sód 1450 mg
DIETA DLA DZIECI	PLATKI KUKURYDZIANE NA MLEKU <u>mleko</u> , płatki kukurydziane CHLEB ŻYTNİ 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> przeciwutleniacze, stabilizatory SEREK TARTARE z <u>mleka</u> PAPRYKA ŚWIEŻA NAPAR Z CZARNEJ HERBATY		ZUPA KOPERKOWA woda, porcje rosółowe, ziemniaki, <u>seler</u> korzeń, pietruszką korzeń, marchew, koperek pęczek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól KASZA GRYCZANA GOTOWANA WARZYWNY GULASZ Z CIECIERZYCĄ DUSZONY Ciecierzycą, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła KOMPOT	CHLEB ŻYTNİ 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 WĘDLINY wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko <u>sojowe</u> , serwatka - z <u>mleka</u> , przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj POMIDOR KAKAO NA MLEKU <u>mleko</u> , kakao	SOK OWOCOWY	E 1500 kcal B 57 g T 44.9 g NKT 15.8 g W 219.8 g C 58.8 g BI 23.1 g Sód 1520 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 za przyczyn niezależnych od kuchni szpitalnej*