Jadłospis na dzień 03.11.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM** makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**ŚLIWKA**	**E** 2490 kcal **B** 110.6 g **T** 74.2 g **NKT** 26.6 g **W** 260.4 g **C** 58.4 g **Bł** 37 g **Sód** 1990 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM** makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**BANAN**	**E** 2520 kcal **B** 110.7 g **T** 74 g **NKT** 26.6 g **W** 265 g **C** 62.2 g **Bł** 36.6 g **Sód** 1864 mg
DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól **OGÓREK ŚWIEŻY**	**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA Z CIEMNYM MAKARONEM I TUŃCZYKIEM** makaron pełnoziarnisty - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATA**	**E** 2460 kcal **B** 126.9 g **T** 74 g **NKT** 26.8 g **W** 338.8 g **C** 32.8 g **Bł** 34 g **Sód** 1964 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	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM** makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**BANAN**	**E 2180 kcal** **B 107.9 g** **T 47 g** **NKT 17.8 g** **W 344.3 g** **C 61.5 g** **Bł 34.5 g** **Sód 1890 mg**
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól	**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM** makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**BANAN**	**E 2640 kcal** **B 127 g** **T 78.5 g** **NKT 26.6 g** **W 368 g** **C 63.2 g** **Bł 36.6 g** **Sód 2050 mg**
DIETA PAPKOWATA D11	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **MASŁO EKSTRA** z mleka **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**RYŻ GOTOWANY** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**BANAN**	**E 2280 kcal** **B 98 g** **T 72.6 g** **NKT 29.8 g** **W 323 g** **C 70.6 g** **Bł 33.3 g** **Sód 1380 mg**
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BROKUŁOWA PUR** woda, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET Z CUKINII W SOSIE** Cukinia, marchew, pietruszka korzeń, jajka, bułka tarta - z pszenicy, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **RZODKIEWKA** **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**ŚLIWKA**	**E 2210 kcal** **B 90.9 g** **T 57.7 g** **NKT 21.9 g** **W 346 g** **C 61.6 g** **Bł 41.6 g** **Sód 1840 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	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól **OGÓREK ŚWIEŻY**	**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM** makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATA**	**E 2800 kcal** **B 145 g** **T 81 g** **NKT 29.4 g** **W 385 g** **C 53.9 g** **Bł 37.4 g** **Sód 1600 mg**
DIETA DLA DZIECI	**PŁATKI OWSIANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BROKUŁOWA** woda, porcje rosołowe, brokuł, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **KOTLET MIELONY PIECZONY, W SOSIE** Łopatka bez kości, jajka, mąka pszenna, bułka tarta - z pszenicy, olej rzepakowy, przyprawy **MARCHEW Z GROSZKIEM GOTOWANA** **KOMPOT**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SAŁATKA MAKARONOWA Z TUŃCZYKIEM** makaron - z pszenicy, tuńczyk w oleju rzepakowym, ogórek świeży, kukurydza konserwowa, majonez - z jaj **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**ŚLIWKA**	**E 1800 kcal** **B 80 g** **T 61.7 g** **NKT 22.2 g** **W 241.8 g** **C 47.5 g** **Bł 25.2 g** **Sód 1430 mg**

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