Jadłospis na dzień 04.11.2026

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** mleko, ryż **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 **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler 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 Z BIAŁEJ RZODKWI** rzodkiew biała, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E** 1860 kcal **B** 87 g **T** 51.4 g **NKT** 20.4 g **W** 269.6 g **C** 36.7 g **Bł** 30.9 g **Sód** 1930 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól **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 SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **TWAROŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E** 1840 kcal **B** 84.2 g **T** 47.9 g **NKT** 20 g **W** 268 g **C** 39.7 g **Bł** 31.4 g **Sód** 1820 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 **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM** brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler 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 Z BIAŁEJ RZODKWI** rzodkiew biała, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **POMIDOR** **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA**	**E** 1910 kcal **B** 92.7 g **T** 60.8 g **NKT** 19.2 g **W** 264.5 g **C** 28.5 g **Bł** 32.2 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** mleko, ryż **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól **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 SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **TWAROŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY** **BANAN**	**E** 1800 kcal **B** 88.7 g **T** 39.5 g **NKT** 15.1 g **W** 176 g **C** 39.8 g **Bł** 31 g **Sód** 1790 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**ZUPA KRUPNIK** **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KURCZAK DUSZONY Z WARZYWAMI** noga trybowana bez skóry, pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z SAŁATY Z JOGURTEM** sałata, jogurt naturalny - z mleka **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **TWAROŻEK** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka **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** mleko, ryż **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **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 pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **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** mleko, ryż **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 **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK PUR** woda, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, marchewka, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **WARZYWNY GULASZ DUSZONY** pieczarki, cukinia, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA Z BIAŁEJ RZODKWI** rzodkiew biała, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SOK WARZYWNY**	**E** 1750 kcal **B** 78.5 g **T** 43 g **NKT** 19.7 g **W** 269.6 g **C** 37.3 g **Bł** 30.4 g **Sód** 1880 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** mleko, ryż **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 **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SEREK WIEJSKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**WARZYWA GOTOWANE Z OLEJEM I SŁONECZNIKIEM** brokuł, kalafior, marchew, olej rzepakowy, słonecznik	**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler 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 Z BIAŁEJ RZODKWI** rzodkiew biała, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **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 **TWAROŻEK Z PAPRYKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, papryka świeża **POMIDOR** **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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA**	**E 2240 kcal** **B 105.8 g** **T 62.9 g** **NKT 20.2 g** **W 324 g** **C 42.4 g** **Bł 35.2 g** **Sód 1600 mg**
DIETA DLA DZIECI	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **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 **WĘDLINA** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA KRUPNIK** woda, porcje rosołowe, kasza jęczmienna, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler 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 Z BIAŁEJ RZODKWI** rzodkiew biała, marchew, olej rzepakowy, pieprz, sól **KOMPOT**	**CZEKOLADOWA KASZA JAGLANA NA MLEKU** mleko, kasza jaglana, kakao, czekolada- z mleka **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**KISIEL OWOCOWY** woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	**E 1230 kcal** **B 59 g** **T 43.6 g** **NKT 17.3 g** **W 158.4 g** **C 43.4 g** **Bł 17.3 g** **Sód 1130 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*