Jadłospis na dzień 06.11.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **RZODKIEWKA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA GARDIOLE** woda, porcje rosołowe, ryż, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA 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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 1900 kcal **B** 113 g **T** 63 g **NKT** 16.4 g **W** 230 g **C** 1.5 g **Bł** 29.5 g **Sód** 1820 mg
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA GRYSIKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z pszenicy, przyprawy ziołowe, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA** **KOMPOT**	**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 **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 2020 kcal **B** 115 g **T** 62.9 g **NKT** 16 g **W** 257.8 g **C** 38.7 g **Bł** 29.6 g **Sód** 1840 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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **RZODKIEWKA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól	**ZUPA GARDIOLE** woda, porcje rosołowe, ryż, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA 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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK HAGA** ser twarogowy- z mleka, woda, masło- z mleka, koncentrat białek serwatkowych (z mleka), śmietanka- z mleka, sól, mleko w proszku odtłuszczone, substancje zagęszczające (karagen, guma guar) **SAŁATA**	**E** 1970 kcal **B** 111 g **T** 65.3 g **NKT** 11.5 g **W** 254 g **C** 29 g **Bł** 35.9 g **Sód** 1750 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	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA GRYSIKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z pszenicy, przyprawy ziołowe, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA** **KOMPOT**	**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 **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 2020 kcal **B** 115.8 g **T** 62.9 g **NKT** 16.1 g **W** 257.8 g **C** 38.7 g **Bł** 29.6 g **Sód** 1840 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**BUDYŃ** mleko, skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, barwnik, ekstrakt wanilii	**ZUPA GRYSIKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z pszenicy, przyprawy ziołowe, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA** **KOMPOT**	**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 **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 2250 kcal **B** 129.9 g **T** 71.2 g **NKT** 21 g **W** 282 g **C** 56 g **Bł** 29.6 g **Sód** 1950 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA GOTOWANA** **KOMPOT**	**ZUPA GRYSIKOWA** woda, porcje rosołowe, ziemniaki, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, kasza manna - z pszenicy, przyprawy ziołowe, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 1800 kcal **B** 116 g **T** 54.2 g **NKT** 16.7 g **W** 207.2 g **C** 40.6 g **Bł** 21.6 g **Sód** 1180 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **DŻEM NISKOSŁODZONY** **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **RZODKIEWKA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA GARDIOLE PUR** woda, ryż, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA 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 **JAJKO GOTOWANE** **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 2000 kcal **B** 109.6 g **T** 70 g **NKT** 18.2 g **W** 246 g **C** 54.4 g **Bł** 30.5 g **Sód** 1640 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	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **RZODKIEWKA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól	**ZUPA GARDIOLE** woda, porcje rosołowe, ryż, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA 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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**CHLEB ŻYTNI RAZOWY** mąka żytnia, woda, mąka pszenna, kwas naturalny – mąka żytnia, woda, słonecznik, siemie lniane, drożdże, sól **SEREK HAGA** ser twarogowy- z mleka, woda, masło- z mleka, koncentrat białek serwatkowych (z mleka), śmietanka- z mleka, sól, mleko w proszku odtłuszczone, substancje zagęszczające (karagen, guma guar) **SAŁATA**	**E** 2230 kcal **B** 122.5 g **T** 77.2 g **NKT** 16.7 g **W** 276.7 g **C** 46.2 g **Bł** 38.9 g **Sód** 1500 mg
DIETA DLA DZIECI	**MAKARON GOTOWANY NA MLEKU** mleko, makaron - z pszenicy **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **RZODKIEWKA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA GARDIOLE** woda, porcje rosołowe, ryż, seler korzeń, pietruszka korzeń, marchewka, kapusta biała, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **RYBA PO GRECKU PIECZONA** dorsz filet, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, koncentrat pomidorowy, przyprawy **FASOLKA SZPARAGOWA 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 **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **PASTA WARZYWNA** Kasza kuskus - z pszenicy, marchew, pietruszka korzeń, suszone pomidory w oleju rzepakowym, przyprawy **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 1530 kcal **B** 100 g **T** 58 g **NKT** 14.2 g **W** 158 g **C** 36 g **Bł** 22.8 g **Sód** 1300 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*