Jadłospis na dzień 08.11.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**PŁATKI OWSIANE GOTOWANE 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** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE** schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z mleka **BRUKSELKA 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 Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA**	**E 2120 kcal** **B 116.5 g** **T 60.2 g** **NKT 22.4 g** **W 289.3 g** **C 49.7 g** **Bł 31 g** **Sód 1980 mg**
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**PŁATKI OWSIANE GOTOWANE 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 **JAJKO GOTOWANE** **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **BROKUŁ GOTOWANY** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **SAŁATA** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA PIECZONA**	**E 2060 kcal** **B 119.6 g** **T 59.2 g** **NKT 23.3 g** **W 270.5 g** **C 49.1 g** **Bł 24 g** **Sód 2100 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych **JABŁKO**	**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE** schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z mleka **BRUKSELKA 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 **PASTA Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **PATISON** **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 **TWARÓŻEK Z RZODKIEWKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, rzodkiewka **SAŁATA**	**E 2130 kcal** **B 120.9 g** **T 61.8 g** **NKT 23.3 g** **W 287 g** **C 40 g** **Bł 30.1 g** **Sód 2050 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 GOTOWANE 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 **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **BROKUŁ GOTOWANY** **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 **POMIDOR** **SAŁATA** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA PIECZONA**	**E** 1800 kcal **B** 104 g **T** 37.4 g **NKT** 17.2 g **W** 269 g **C** 48.9 g **Bł** 24 g **Sód** 1860 mg
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**PŁATKI OWSIANE GOTOWANE 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 **JAJKO GOTOWANE** **MARCHEW GOTOWANA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **BROKUŁ GOTOWANY** **KOMPOT**	**CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **PASTA Z WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **SAŁATA** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA PIECZONA**	**E** 2120 kcal **B** 123.9 g **T** 61.2 g **NKT** 24.4 g **W** 276 g **C** 53.3 g **Bł** 24 g **Sód** 1950 mg
DIETA PAPKOWATA D11	**PŁATKI OWSIANE GOTOWANE NA MLEKU** mleko, płatki owsiane **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W LEKKIM SOSIE** schab, olej rzepakowy, mąka pszenna, śmietana - z mleka, koperek pęczek **BROKUŁ GOTOWANY** **KOMPOT**	**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA PIECZONA**	**E** 1750 kcal **B** 112.7 g **T** 29.4 g **NKT** 15.8 g **W** 245 g **C** 54.5 g **Bł** 21.6 g **Sód** 860 mg
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**PŁATKI OWSIANE GOTOWANE 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** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**BULION WARZYWNY Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE** schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z mleka **BRUKSELKA 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 Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA**	**E** 2120 kcal **B** 116.5 g **T** 60.2 g **NKT** 22.4 g **W** 289.3 g **C** 49.7 g **Bł** 31 g **Sód** 1980 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 GOTOWANE 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** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych **JABŁKO**	**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE** schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z mleka **BRUKSELKA 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 Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**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 RZODKIEWKĄ** twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, rzodkiewka **SAŁATA**	**E** 2400 kcal **B** 127.4 g **T** 66 g **NKT** 23.1 g **W** 335 g **C** 59.8 g **Bł** 34.8 g **Sód** 1600 mg
DIETA DLA DZIECI	**PŁATKI OWSIANE GOTOWANE 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** ser twarogowy - z mleka, sól **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ROSÓŁ Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **SCHAB PIECZONY W CHRZANOWYM SOSIE** schab, olej rzepakowy, chrzan, mąka pszenna, śmietana - z mleka **BRUKSELKA 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 Z FASOLI** fasola biała, cebula, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **POMIDOR** **PATISON** **KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU** mleko, kawa zbożowa - jęczmień, żyto, cykoria	**GRUSZKA**	**E** 1680 kcal **B** 101.5 g **T** 56.3 g **NKT** 21 g **W** 202 g **C** 43.3 g **Bł** 25 g **Sód** 1520 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*