Jadłospis na dzień 09.11.2026

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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **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** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM** jajka, majonez - z jajek, szczypiorek, pieprz, sól **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 2130 kcal **B** 116 g **T** 65 g **NKT** 23.7 g **W** 280 g **C** 45 g **Bł** 30.5 g **Sód** 2100 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **KOMPOT**	**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 **JAJKO GOTOWANE** **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 1913 kcal **B** 103 g **T** 48 g **NKT** 19.8 g **W** 276 g **C** 43 g **Bł** 29.9 g **Sód** 1988 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 **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych **JABŁKO**	**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **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** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **PASTA JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM** jajka, majonez - z jajek, szczypiorek, pieprz, sól **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 TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **SAŁATA**	**E** 2270 kcal **B** 124 g **T** 73 g **NKT** 26.6 g **W** 297 g **C** 47 g **Bł** 33.8 g **Sód** 2100 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **SOS WARZYWNY GOTOWANY** pietruszka korzeń, seler korzeń, marchew, mąka pszenna **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **KOMPOT**	**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 **DŻEM NISKOSŁODZONY** **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E 1810 kcal** **B 97 g** **T 30.7 g** **NKT 13.6 g** **W 298 g** **C 55.9 g** **Bł 32 g** **Sód 1890 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SAŁATA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**SEREK WIEJSKI LEKKI** ziarno twarogowe - z mleka, śmietanka pasteryzowana - z mleka, sól	**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **KOMPOT**	**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 **JAJKO GOTOWANE** **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E 2060 kcal** **B 121 g** **T 52.7 g** **NKT 19.9 g** **W 286 g** **C 43 g** **Bł 30 g** **Sód 1940 mg**
DIETA PAPKOWATA D11	**RYŻ GOTOWANY NA MLEKU** mleko, ryż **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY** **JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych		**KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **KOMPOT**	**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**KISIEL OWOCOWY** woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier	**E 1950 kcal** **B 112 g** **T 47 g** **NKT 20.2 g** **W 283 g** **C 63.3 g** **Bł 30.5 g** **Sód 1340 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BURACZKOWA PUR** woda, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **WARZYWNY GULASZ Z SOCZEWICĄ DUSZONY** soczewica, pieczarki, papryka, cukinia, cebula, olej rzepakowy, pieprz, sól, zioła **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **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 JAJECZNA ZE SZCZYPIORKIEM** jajka, majonez - z jajek, szczypiorek, pieprz, sól **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E 2030 kcal** **B 90.3 g** **T 60.5 g** **NKT 19.8 g** **W 292 g** **C 45.8 g** **Bł 33.9 g** **Sód 1930 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 DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych **JABŁKO**	**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **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** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **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 TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **SER ŻÓŁTY** mleko, sól, barwnik, stabilizator **SAŁATA**	**E** 2315 kcal **B** 121 g **T** 62.9 g **NKT** 27.6 g **W** 327 g **C** 59.9 g **Bł** 35 g **Sód** 1500 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 **MASŁO EKSTRA** z mleka **WĘDLINA DROB** mięso drobiowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **SER ŻÓŁTY** z mleka **OGÓREK ŚWIEŻY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA BURACZKOWA** woda, porcje rosołowe, buraki, ziemniaki, pietruszko korzeń, seler korzeń, marchew, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **KASZA JĘCZMIENNA GOTOWANA** **GULASZ SEGETYŃSKI GOTOWANY** łopatka wieprzowa bez kości, marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **WARZYWA GOTOWANE** marchew, kalafior, brokuł **KOMPOT** **KIWI**	**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** mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka w proszku - z mleka przeciwutleniacze, stabilizatory **JAJKO GOTOWANE** **PAPRYKA ŚWIEŻA** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**E** 1690 kcal **B** 99.4 g **T** 60.6 g **NKT** 30 g **W** 195 g **C** 43.1 g **Bł** 23.8 g **Sód** 1700 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*