Jadłospis na dzień 10.11.2026

Dieta	Śniadanie 07:30	II śniadanie 10:30	Obiad 12:30	Kolacja 16:30	Posiłek nocny 19:30	Wartości
DIETA PODSTAWOWA D01	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **GULASZ Z PODROBÓW DUSZONY** żołądki drobiowe, marchew, seler, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **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** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**BANAN**	**E 2200 kcal** **B 92 g** **T 66.6 g** **NKT 24.1 g** **W 319 g** **C 71.8 g** **Bł 32.9 g** **Sód 1930 mg**
DIETA ŁATWOSTRAWNA D02	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **GULASZ Z PODROBÓW DUSZONY** żołądki drobiowe, marchew, seler, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA** marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **DŻEM NISKOSŁODZONY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**BANAN**	**E 2020 kcal** **B 90.2 g** **T 50.9 g** **NKT 22.9 g** **W 313.6 g** **C 71.8 g** **Bł 32.8 g** **Sód 1915 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** mięso wieprzowe, 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 **OGÓREK ŚWIEŻY**	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **GULASZ Z PODROBÓW DUSZONY** żołądki drobiowe, marchew, seler, olej rzepakowy, mąka pszenna, przyprawy **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **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 WĘDLINY** wędlina - mięso wieprzowe, woda, sól, białko sojowe, serwatka - z mleka, przeciwutleniacze, stabilizatory, natka pietruszki, majonez- z jaj **SAŁATKA Z OGÓRKA, PAPRYKI I SAŁATY LODOWEJ** **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **SAŁATA**	**E 1990 kcal** **B 105.1 g** **T 69 g** **NKT 20 g** **W 251.6 g** **C 32.6 g** **Bł 31.8 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	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** z mleka **WĘDLINA** mięso wieprzowe, 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 POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA** marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń **KOMPOT**	**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 **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**BANAN**	**E 1800 kcal** **B 90.3 g** **T 28.9 g** **NKT 13.2 g** **W 264 g** **C 63.9 g** **Bł 26.8 g** **Sód 1720 mg**
DIETA BOGATOBIAŁKOWA D07	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**JOGURT NATURALNY** mleko, białka mleka, żywe kultury bakterii jogurtowych	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **MIESZANKA WARZYW W PASKACH GOTOWANA** marchew, seler korzeń, pietruszka korzeń **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **DŻEM NISKOSŁODZONY** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**BANAN**	**E 2050 kcal** **B 109.1 g** **T 46.9 g** **NKT 23.6 g** **W 308 g** **C 70 g** **Bł 27.5 g** **Sód 1948 mg**
DIETA PAPKOWATA D11	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **MASŁO EKSTRA** z mleka **JAJKO GOTOWANE** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY** **KISIEL OWOCOWY** woda, skrobia, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), barwnik (karoteny), cukier		**ZIEMNIAKI GOTOWANE** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **MARCHEW GOTOWANA** **KOMPOT**	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **CHLEB MIESZANY** mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól, mąka sojowa **SEREK TARTARE** ser twarogowy - z mleka, sól **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**BANAN**	**E 1780 kcal** **B 86.3 g** **T 46.8 g** **NKT 23 g** **W 245 g** **C 63.4 g** **Bł 24.3 g** **Sód 1230 mg**
DIETA PODSTAWOWA NISKOPURYNOWA D01/M	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM PUR** makaron - z pszenicy, woda, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **KOTLET Z CUKINII W SOSIE** Cukinia, marchew, pietruszka korzeń, jajka, bułka tarta - z pszenicy, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **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** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**	**BANAN**	**E 2250 kcal** **B 91.9 g** **T 64.6 g** **NKT 24.8 g** **W 336.9 g** **C 71.9 g** **Bł 32 g** **Sód 1960 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	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **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 **OGÓREK ŚWIEŻY**	**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **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** **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 **TWARÓG** mleko pasteryzowane, bakterie fermentacji mlekowej **SAŁATA**	**E 2470 kcal** **B 136.4 g** **T 71.9 g** **NKT 26.8 g** **W 327.2 g** **C 53 g** **Bł 28.4 g** **Sód 1500 mg**
DIETA DLA DZIECI	**ZACIERKA GOTOWANA NA MLEKU** mleko, zacierka - mąka pszenna, woda, masa jajowa pasteryzowana **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 **SER MOZZARELLA LIGHT** mleko pasteryzowane, sól, regulator kwasowości: kwas cytrynowy, podpuszczka, kultury bakterii kwasu mlekowego **POMIDOR** **NAPAR Z CZARNEJ HERBATY**		**ZUPA POMIDOROWA Z MAKARONEM** makaron - z pszenicy, woda, porcje rosołowe, marchewka, seler korzeń, pietruszka korzeń, koncentrat pomidorowy, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz, sól **ZIEMNIAKI GOTOWANE** **FILET DROBIOWY GOTOWANY** **SURÓWKA BUŁGARSKA** kapusta pekińska, papryka świeża, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, przyprawy **KOMPOT**	**NALEŚNIKI Z TWAROGIEM** mąka pszenna, jajka, mleko, twaróg - z mleka, jogurt naturalny - z mleka, olej rzepakowy **KAKAO NA MLEKU** mleko, kakao	**BANAN**	**E 1640 kcal** **B 88.4 g** **T 53.5 g** **NKT 22.1 g** **W 209 g** **C 63.8 g** **Bł 18.8 g** **Sód 960 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*