

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.03.2026 – poniedziałek

Dla szpitala psychiatrycznego: masło prawdziwe 20g, pieczywo 150g, zupa mleczna 400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki 250g

### *Dieta ogólna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku 300ml</u> , <u>ser topiony 50g/mleko/</u> , <u>jabłko 1szt/180g/</u> , <u>pomidor 30g</u> , <u>kawa z mlekiem 250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	soczek owocowy 1szt./200ml/
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/</u> ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka <b>pszenna</b> , marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, <b>seler</b> korzeń, pietruszka susz, , śmietana- <b>mleko</b> , sól, koper/, <u>pulpet gotowany 100g/mięso mielone drobiowe, jaja</u> , sól, pieprz, <b>seler</b> , marchew/, <u>sos śmietanowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko</u> , olej rzepakowy, mąka <b>pszenna/</b> , <u>ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.- mleko/</u> , <u>surówka z ogórka kiszzonego 150g/ogórek kiszony, sól, pieprz, marchew, cebula, olej rzepakowy/</u> , <u>kompot wieloowocowy 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier 2g/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>parówka 1szt/55g/soja/</u> , <u>pomidor 60g, ketchup 20g herbata 250ml/</u> ,herbata czarna, cukier 10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2457,80kcal ; B.zw. 39,10g; B.rośl. 29,70g, T: 108,30g,; W: 325,60g; Błonnik 26,90g; kw. tłuszczowe nasycone 47,20g, Sód 6638,50mg	

### *Dieta łatwostrawna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka 2szt/120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku 300ml</u> , <u>ser topiony 50g/mleko/</u> , <u>jabłko 1szt/180g/</u> , <u>kawa z mlekiem 250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/</u> ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka <b>pszenna</b> , marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, <b>seler</b> korzeń, pietruszka susz, , śmietana- <b>mleko</b> , sól, koper/, <u>pulpet gotowany 100g/mięso mielone drobiowe, jaja</u> , sól, pieprz, <b>seler</b> , marchew/, <u>sos śmietanowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko</u> , olej rzepakowy, Mąka <b>pszenna/</b> , <u>ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.- mleko/</u> , <u>warzywa gotowane 200g/seler</u> , marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ <u>kompot wieloowocowy 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier 2g/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka 2szt/120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>parówka 1szt/55g/soja/</u> <u>pomidor 60g ketchup 20g herbata 250ml</u> , /herbata czarna, cukier 10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2991,10 kcal ; B.zw. 39,30g; B.rośl. 49,40g, T: 110,60g,; W: 434,90g; Błonnik 29,50g; kw. tłuszczowe nasycone 49,90g, Sód 6793,70mg	

### *Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml</u> , <u>ser topiony50g/mleko/</u> , <u>jabłko1szt/180g/</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, <b>jęczmień, mleko</b> , cukier10g/
<b>II Śniadanie</b>	<u>Kisiel200ml/</u> , <u>kisiel</u> , <u>cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka <b>pszenna</b> , marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, <b>seler</b> korzeń, pietruszka susz, , śmietana- <b>mleko</b> , sól, koper/ <u>, pulpet gotowany100g/</u> mięso mielone drobiowe, <b>jaja</b> , sól, pieprz, <b>seler</b> , marchew/ <u>, sos śmietanowy150ml/</u> pieprz czarny, sól, śmietana- <b>mleko</b> , olej rzepakowy, Mąka <b>pszenna/</b> , <u>ziemniaki200g/</u> ziemniaki, sól, jogurt nat.- <b>mleko/</b> , <u>warzywa gotowane200g/</u> <b>seler</b> , marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/
<b>Podwieczorek</b>	<u>soczek owocowy1szt /200ml/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , / <u>masło prawdziwe15G/mleko/</u> , <u>parówka 1szt/55g/</u> <u>soja/</u> <u>pomidor60g</u> , <u>ketchup20g</u> , <u>herbata250ml</u> , /herbata czarna, cukier10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3127,30 kcal ; B.zw. 39,30g; B.rośl. 50,20g, T: 106,80g; W: 476,00g; Błonnik 29,70g; kw. tłuszczowe nasycone 47,30g, Sód 6812,40mg	

### *Dieta z ograniczeniem tłuszczu*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml</u> , <u>ser topiony50g/mleko/</u> , <u>jabłko1szt/180g/</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, <b>jęczmień, mleko</b> , cukier10g/
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka <b>pszenna</b> , marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, <b>seler</b> korzeń, pietruszka susz, , śmietana- <b>mleko</b> , sól, koper/ <u>, pulpet gotowany100g/</u> mięso mielone drobiowe, <b>jaja</b> , sól, pieprz, <b>seler</b> , marchew/ <u>, sos śmietanowy150ml/</u> pieprz czarny, sól, śmietana- <b>mleko</b> , olej rzepakowy, Mąka <b>pszenna/</b> , <u>ziemniaki200g/</u> ziemniaki, sól, jogurt nat.- <b>mleko/</b> , <u>warzywa gotowane200g/</u> <b>seler</b> , marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15G/mleko/</u> , <u>parówka 1szt/55g/</u> <u>soja/</u> <u>pomidor60g</u> , <u>ketchup20g</u> <u>herbata250ml</u> , /herbata czarna, cukier10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2954,40 kcal ; B.zw. 39,30g; B.rośl. 49,40g, T: 106,50g; W: 434,90g; Błonnik 29,50g; kw. tłuszczowe nasycone 47,20g, Sód 6793,30mg	

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów**

		WW
<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham//120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml, ser topiony50g/mleko/, jabłko1szt/180g/,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	12
<b>II Śniadanie</b>	<u>kisiel200 b/c ml./kisiel./</u>	3
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka pszena, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/, pulpet gotowany100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, marchew/, sos śmietanowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, mąka pszena/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, warzywa gotowane200g/seler, marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ kompot wieloowocowy250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, /</u>	12
<b>Podwieczorek</b>	<u>Gruszka 130g</u>	2
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, parówka 1szt/55g//soja/ pomidor60g, ketchup20g herbata250ml, /herbata czarna, /</u>	7
	<b>RAZEM</b>	36
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2497,90 kcal ; B.zw. 39,10g; B.rośl. 37,80g, T: 104,80g,; W: 348,10g; Błonnik 40,30g; kw. tłuszczowe nasycone 47,00g, Sód 6337,40mg		

**Dieta o obniżonej wartości energetycznej**

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml, ser topiony50g/mleko/, jabłko1szt/180g/,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>	
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka pszena, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/, pulpet gotowany100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, marchew/, sos śmietanowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, Mąka pszena/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, warzywa gotowane200g/seler, marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ kompot wieloowocowy250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/</u>	
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywopszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, parówka 1szt/55g//soja/ pomidor60g, ketchup20g, herbata250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>	
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2392,80 kcal ; B.zw. 39,10g; B.rośl. 37,00g, T: 104,50g,; W: 320,90g; Błonnik 37,60g; kw. tłuszczowe nasycone 46,90g, Sód 6318,90mg		

### *Dieta o zwiększonej wartości energetycznej*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml, ser topiony50g/mleko/, jabłko1szt/180g/,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>kisiel200ml,</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka <b>pszenna</b>, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, <b>seler korzeń</b>, pietruszka susz, , śmietana-<b>mleko</b>, sól, koper/, <u>pulpet gotowany100g/mięso mielone drobiowe, <b>jaja</b> , sól, pieprz, <b>seler</b>, marchew/, <u>sos śmietanowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- <b>mleko</b>, olej rzepakowy, Mąka <b>pszenna</b>/, <u>ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-<b>mleko</b>/, <u>warzywa gotowane200g/seler</u>, marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ <u>kompot wieloowocowy250ml</u>,/truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/</u></u></u></u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>chrupki kukurydziane20g</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/mleko/, parówka 1szt/55g//soja/ pomidor60g, ketchup20g, herbata250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3158,30kcal ; B.zw. 39,30g; B.rośl. 51,60g, T: 107,30g,; W: 483,00g; Błonnik 31,40g; kw. tłuszczowe nasycone 47,30g, Sód 6812,40mg	

### *Dieta wegetariańska*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na <b>mleku300ml</b>, ser topiony50g/mleko/, jabłko1szt/180g/,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka <b>pszenna</b>, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, <b>seler korzeń</b>, pietruszka susz, , śmietana-<b>mleko</b>, sól, koper/,<u>ryż z musem jabłkowym300g i śmietaną100ml/mleko/</u>, <u>kompot wieloowocowy250ml</u>,/truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, paprykarz50g/ryby/ , pomidor60g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3215,50kcal ; B.zw. 39,10g; B.rośl. 34,10g, T: 113,10g,; W: 498,30g; Błonnik 27,30g; kw. tłuszczowe nasycone 61,00g, Sód 3360,90mg	

*\*substancje i produkty powodujące Alergie lub reakcje nietolerancji zostały pogrubione*

*\* dokładny skład produktów nie sporządzanych na kuchni (m.im, wędlin, serów, kielbas, pasztetów, serów, pieczywa, masła, smarowanie,kawy ), można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym Oddziale.*