

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 7.03.2026 sobota

Dla szpitala psychiatrycznego: masło20g, pieczywo150g, zupa mleczna400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki250g

### *Dieta ogólna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, salceson dr45g/soja, gorczyca/, jabłko1szt/180g/, musztarda20g/gorczyca/ ,kawa z mlekiem250ml. /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10gr, mleko/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	<u>Jogurt owocowy1 szt /150g/mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, łazanki400g/ makaron-<b>pszenica, jaja</b>, kapusta kiszona, kapusta biała, kiełbasa zwyczajna-<b>soja</b>,sól, pieprz, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie,cebula, boczek wędzony/ <u>napój wieloowocowy250ml./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u></u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g, sałata20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2389,60kcal ; B.zw. 26,70g; B.rośl. 38,70g, T: 82,30g,; W: 355,70g; Błonnik 24,80g; kw. tłuszczowe nasycone 33,60g, Sód 4163,50mg	

### *Dieta łatwostrawna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,salceson dr45g/soja, <b>gorczyca/</b> jabłko1szt/180g/,pomidor 30g kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/<b>pszenica jaja/ z sosem</b> bolońskim150g/marchew, <b>seler</b>, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ <u>kompot wieloowocowy250ml./</u> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, <b>jaja/</b>, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2694,40kcal ; B.zw. 23,10g; B.rośl. 50,60g, T: 86,50g,; W: 423,10g; Błonnik 21,60g; kw. tłuszczowe nasycone 32,00g, Sód 4465,30mg	

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,salceson dr45g/soja, gorczyca/ jabłko1szt/180g/,pomidor 30g kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń200g/budyń, mleko, cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Gruszka gotowana130g</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2870,40kcal ; B.zw. 29,90g; B.rośl.51,40g, T: 89,10g,; W: 455,70g; Błonnik 24,60g; kw. tłuszczowe nasycone 36,50g, Sód 4558,50mg	

### *Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,salceson dr45g/soja, gorczyca/ jabłko1szt/180g/,pomidor 30g kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2661,60kcal ; B.zw. 23,10g; B.rośl. 50,60g, T: 82,10g,; W: 424,30g; Błonnik 21,80g; kw. tłuszczowe nasycone 32,50g, Sód 4465,30mg	

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,salceson dr45g/soja, gorczyca/ jabłko1szt/180g/,pomidor 30g kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko/</u>	
II Śniadanie	<u>budyń b/c200g /budyń, mleko/</u>	
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>	
Podwieczorek	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna,/</u>	
		<b>RAZEM</b>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2237,80kcal ; B.zw. 22,90g; B.rośl. 38,30g, T: 85,50g,; W: 331,30g; Błonnik 30,80g; kw. tłuszczowe nasycone 31,90g, Sód 3991,30mg		

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,salceson dr45g/soja, gorczyca/ jabłko1szt/180g/,pomidor 30g kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>	
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>	
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2132,80kcal ; B.zw. 22,90g; B.rośl. 38,30g, T: 84,60g,; W: 309,20g; Błonnik 21,80g; kw. tłuszczowe nasycone 31,70g, Sód 3990,90mg		

### Dieta o zwiększonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/ 110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko /, salceson dr90g/soja, gorczyca/ jabłko 1szt/180g/, pomidor 30g kawa z mlekiem 250ml /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień</b>, cukier 10g, <b>mleko</b>/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń 200g/budyń, <b>mleko</b>, cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik 400ml/<b>kasza jęczmienna</b>, pietruszka, marchew, pieprz czarny, <b>seler</b>, mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-<b>mleko</b>, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>makaron 200g/<b>pszenica jaja</b>/ z sosem bolońskim 150g/marchew, <b>seler</b>, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka <b>pszenna</b>, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ <u>kompot wieloowocowy 250ml./ cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u></u></u>
<b>Podwieczorek</b>	Gruszka 1szt/130g/
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/<b>żyto, pszenica</b>/, <u>masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, <b>jaja</b>/, <u>ser biały 30g/mleko/ pomidor 60g sałata 20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u></u></u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3102,20kcal ; B.zw. 41,10g; B.rośl. 51,40g, T: 103,40g,; W: 470,90g; Błonnik 24,40g; kw. tłuszczowe nasycone 39,60g, Sód 4884,70mg	

### Dieta wegetariańska

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo mieszane 120g/<b>żyto, pszenica</b>/. , <u>masło prawdziwe 15g/ mleko /, serek kanapkowy 50g /mleko/, jabłko 1szt/180g/, pomidor 30g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień</b>, cukier 10g, <b>mleko</b>/</u></u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik 400ml/<b>kasza jęczmienna</b>, pietruszka, marchew, pieprz czarny, <b>seler</b>, mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-<b>mleko</b>, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>kotlet ziemniaczany smażony 200g/<b>jaja</b>, mąka <b>pszenna</b>, sól, pieprz, ziemniaki, olej rzepakowy, bułka tarta-<b>pszenica</b>/, surówka z ogórka kiszzonego 150g,/ marchew, pieprz czarny, cukier, olej rzepakowy, ogórek kiszony, cebula/ <u>napój wieloowocowy 250ml./, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u></u></u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/<b>żyto, pszenica</b>/, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko /, kabanoski roślinne 50g/soja/, pomidor 60g, sałata 20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u></u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 1898,80kcal ; B.zw. 14,10g; B.rośl. 27,00g, T: 61,50g,; W: 299,8,80g; Błonnik 20,00g; kw. tłuszczowe nasycone 23,80g, Sód 3508,50mg	

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

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