

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.04.2026- czwartek

Dla szpitala psychiatrycznego: masło 20g, pieczywo150g, zupa mleczna400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki250g

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>zacierka na mleku300ml/mleko, jajko, mąka pszenna, cukier, sól/</u> , <u>paszтет dr.50g/jaja, soja/</u> , pomidor60g, jabłko1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem250ml/</u> , <u>kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10/</u>
II Śniadanie Dzieci	Gruszka1szt /130g/
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/</u> pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana- mleko , sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , , <u>seler/</u> , <u>kotlet mielony smażony100g/mięso mielone wieprzowe, jaja, bułka tarta-pszenna, sól, pieprz, olej rzepakowy, bułka-pszenna/ ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/</u> , <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłko, cukier/</u> , <u>kompot wieloowocowy250ml /</u> cukier5g ,truskawki, porzeczka, jabłka/,
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/ żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>parówka1szt/55g//soja/</u> , pomidor60g, ketchup20g, herbata 250ml/,herbata czarna, cukier10g/

Wartości odżywcze: E: 2521,5kcal ; Białko ogółem 71,10, T: 109,2g,; W: 326,7; Błonnik 25,9g;
kw. tłuszczowe nasycone 41,6g, Sód 5238,4mg

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>zacierka na mleku300ml/mleko, jajko, mąka pszenna, cukier, sól/</u> , <u>paszтет dr.50g/soja/</u> , pomidor60g, jabłko1szt/100g/ <u>kawa z mlekiem250ml/</u> , <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/</u> pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana- mleko , sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , <u>seler/</u> , <u>pulpet gotowany100g/</u> , olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/</u> , <u>sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól pieprz/</u> , <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłko, cukier/</u> , <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/100g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15G/mleko/</u> , / <u>parówka1szt/55g//soja/</u> , pomidor60g, ketchup20g, herbata 250ml/,herbata czarna, cukier10g/

Wartości odżywcze: E: 2866,9kcal ; Białko ogółem 88,0, T: 92,7g,; W: 441,1; Błonnik 26,8g;
kw. tłuszczowe nasycone 38,9g, Sód 6440,7mg

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>zacierka na mleku 300ml/mleko, jajko</u> , mąka pszenna , cukier, sól/, <u>paszтет dr. 50g/soja</u> /, <u>pomidor 60g</u> <u>jabłko gotowane 1szt/100g</u> / <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier 10g/
II Śniadanie	Soczek owocowy 1szt/200ml/
Obiad	<u>Zupa brokułowa 400ml</u> / <u>pietruszką, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko</u> , sól, marchew, por, koper, pieprz ziółowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , <u>seler</u> /, <u>pulpet gotowany 100g</u> /, olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>sos śmietanowy 150ml</u> /marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól pieprz/, <u>marchewka z jabłkiem 150g</u> /marchew, jabłko, cukier/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> / cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,
Podwieczorek	<u>ciasteczka kruche 30g</u> / pszenica, jaja /
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/100g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe 15G/mleko</u> /, / <u>parówka 1szt/55g</u> / soja /, <u>pomidor 60g, ketchup 20g, herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier 10g./
Wartości odżywcze: E: 3017,3kcal ; Białko ogółem 90,40, T: 96,3g,; W: 473,8; Błonnik 27,2g; kw. tłuszczowe nasycone 40,5g, Sód 6444,0mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/mleko</u> /, <u>zacierka na mleku 300ml/mleko, jajko</u> , mąka pszenna , cukier, sól/, <u>paszтет dr. 50g/soja</u> /, <u>pomidor 60g</u> <u>jabłko gotowane 1szt/100g</u> / <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier 10g/
Obiad	<u>Zupa brokułowa 400ml</u> / <u>pietruszką, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko</u> , sól, marchew, por, koper, pieprz ziółowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , <u>seler</u> /, <u>pulpet gotowany 80g</u> /, olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>sos śmietanowy 100ml</u> /marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól pieprz/, <u>marchewka z jabłkiem 150g</u> /marchew, jabłko, cukier/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> / cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/100g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15G/mleko</u> /, <u>ser biały z koperkiem 50g</u> /ser biały- mleko , sól, pieprz, koper/, <u>pomidor 60g, ketchup 20g, herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier 10g./
Wartości odżywcze: E: 2613,3kcal ; Białko ogółem 85,20, T: 66,0g,; W: 439,6; Błonnik 26,7g; kw. tłuszczowe nasycone 22,3g, Sód 6440,7mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, zacierka na mleku300ml/mleko, jajko, mąka pszenna, cukier, sól/, pasztet dr.50g/soja/, pomidor60g jabłko 1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	12
II Śniadanie	<u>Pieczywo chrupkie30g/żyto/</u>	2
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/ pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko, sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler/, pulpet gotowany100g/, olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól pieprz/, marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłko, cukier/, kompot wieloowocowy250ml/, truskawki, porzeczka, jabłka/,</u>	12
Podwieczorek	<u>Jogurt nat. 1Szt/150g/mleko/</u>	1
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, / parówka1szt/55g/soja/, pomidor60g, ketchup20g, herbata 250ml,/herbata czarna, /</u>	7
	RAZEM	34
Wartości odżywcze: E: 2512,9kcal ; Białko ogółem 86,0, T: 93,7g,; W: 341,2; Błonnik 30,2g; kw. tłuszczowe nasycone 40,4g, Sód 6081,0mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/mleko/, zacierka na mleku250ml/mleko, jajko, mąka pszenna, cukier, sól/, pasztet dr.50g/soja/, pomidor30g jabłko 1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa250ml/ pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko, sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler/, pulpet gotowany80g/, olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy100ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól pieprz/, marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłko, cukier/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, ketchup20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g, /</u>
Wartości odżywcze: E: 1799,0kcal ; Białko ogółem 62,90, T: 59,3g,; W: 263,7; Błonnik 23,9g; kw. tłuszczowe nasycone 21,1g, Sód 4904,5 mg	

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ mleko, jajko , <u>mąka pszenna</u> , cukier, sól/, <u>paszтет dr.</u> 50g/ soja /, <u>ser biały</u> 50g/ mleko / <u>pomidor</u> 60g <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/
II Śniadanie	<u>Soczek owocowy</u> 1szt/200ml/
Obiad	<u>Zupa brokułowa</u> 400ml/ <u>pietruska, brokuł, ziemniaki, śmietana-</u> mleko , sól, <u>marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler</u> /, <u>pulpet gotowany</u> 100g/, olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , <u>pieprz czarny</u> /. , <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki, sól, jogurt nat-</u> mleko /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/ <u>marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruska, seler, śmietana-</u> mleko , sól <u>pieprz</u> /, <u>marchewka z jabłkiem</u> 150g/ <u>marchew, jabłko, cukier</u> /, <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ cukier 5g, <u>truskawki, porzeczka, jabłka</u> /,
Podwieczorek	<u>ciasteczka kruche</u> 30g/ pszenica,jaja /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/100g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ mleko /, / <u>parówka</u> 1szt/55g// soja /, <u>połędwica dr.</u> 45g/ soja /, <u>pomidor</u> 60g, <u>ketchup</u> 20g, <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g,/
Wartości odżywcze: E: 3123,1kcal ; Białko ogółem 108,80, T: 99,0g.; W: 475,6; Błonnik 27,2g; kw. tłuszczowe nasycone 42,0g, Sód 6790,3mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ mleko, jajko , <u>mąka pszenna</u> , cukier, sól/, <u>paszтет sojowy</u> 50g/ soja / <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml./ <u>kawa zbożowa, mleko, cukier</u> 10/
Obiad	<u>Zupa brokułowa</u> 400ml/ <u>pietruska, brokuł, ziemniaki, śmietana-</u> mleko , sól, <u>marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler</u> /. <u>jajko sadzone</u> 2szt/ jajka , sól, <u>pieprz, olej rzepakowy</u> /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki, sól, jogurt nat-</u> mleko /, <u>marchewka z jabłkiem</u> 150g/ <u>marchew, jabłko, cukier</u> /, <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml / cukier5g , <u>truskawki, porzeczka, jabłka</u> /,
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>ser kanapkowy</u> 50g/ mleko /, <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g, <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g,/
Wartości odżywcze: E: 2155,7kcal ; Białko ogółem 70,00, T: 71,8g.; W: 318,9; Błonnik 25,1g; kw. tłuszczowe nasycone 31,2g, Sód 4224,1mg	

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

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