

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.04.2025- niedziela

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

### *Dieta ogólna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja/</u> , <u>jajko1szt.</u> , <u>żurek250ml/marchew</u> , <u>mąka pszenna</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól, <u>seler</u> , <u>śmietana-mleko/</u> , <u>ćwikła20g/burak</u> , chrzan, sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka60g/jaj</u> , <u>mąka pszenna/</u> , <u>kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto</u> , <u>jęczmień, mleko, cukier/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	jogurt owocowy1szt /150g/ <u>mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica</u> , <u>jaja</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <u>seler</u> , marchew, sól, /, <u>kotlet schabowy smażony100g/schab</u> , <u>jaja</u> , sól, pieprz, bułka tarta- <u>pszenica</u> , olej rzepakowy/, <u>ziemniaki200g/jogurt Nat.-mleko</u> , ziemniaki/, <u>surówka z kapusty pekińskiej150g/kapusta pekińska</u> , marchew, sól, nąc pietruszki, olej rzepakowy/, <u>kompot wieloowocowy250ml./cukier2g</u> , jabłka, porzeczka, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>wędlina szynkowa45g/soja/</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>herbata 250ml./herbata czarna, cukier5g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2424,6kcal ; Białko ogółem 100,80, T: 82,5g.; W: 326,8; Błonnik 20,6g; kw. tłuszczowe nasycone 30,30g, Sód 6679,4mg	

### *Dieta lekkostrawna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja/</u> , <u>jajko1szt.</u> , <u>barszcz biały250ml/marchew</u> , <u>mąka pszenna</u> , olej rzepakowy, pieprz, sól, <u>seler</u> , <u>śmietana-mleko/</u> , <u>sałatka z buraków20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka60g/jaj</u> , <u>mąka pszenna/</u> , <u>kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto</u> , <u>jęczmień, mleko, cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <u>seler</u> , marchew, sól, /, <u>bitka wieprzowa duszona70g/schab</u> , sól, pieprz/, <u>sos śmietanowy150ml/</u> <u>mąka pszenna</u> , <u>śmietana-mleko</u> , sól, pieprz, olej rzepakowy, marchew, <u>seler/ziemniaki200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <u>mleko/</u> , <u>brokuł 100g/</u> , <u>kompot wieloowocowy250ml./</u> <u>cukier2g</u> , jabłka, porzeczka, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>wędlina szynkowa45g/soja/</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>herbata250ml./herbata czarna, cukier5g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2690,3kcal ; Białko ogółem 113,80, T: 65,7g.; W: 427,4; Błonnik 22,7g; kw. tłuszczowe nasycone 28,70g, Sód 7369,8mg	

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

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja</u> /, <b>jajko 1szt</b> , barszcz biały 250ml/marchew, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pieprz, sól, <b>seler</b> , śmietana- <b>mleko</b> /, <u>sałatka z buraków 20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka 60g/jaj</u> , mąka <b>pszenna</b> /, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień, mleko</b> , cukier/
<b>II Śniadanie</b>	<u>Budyń 200ml/mleko</u> , budyń, cukier/
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem 400ml</u> /makaron- <b>pszenica</b> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <b>seler</b> , marchew, sól, /, <u>bitka wieprzowa duszona 70g/schab</u> , sól, pieprz/, <u>sos śmietanowy 150ml</u> / mąka <b>pszenna</b> , śmietana- <b>mleko</b> , sól, pieprz, olej rzepakowy, marchew, <b>seler</b> /, <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <b>mleko</b> /, <u>brokuł 100g</u> /, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./ cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt owocowy 1szt/150g/ <b>mleko</b> /
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>wędlina szynkowa 45g/soja</u> /, jabłko gotowane 1szt/100g/, pomidor 60g, herbata 250ml, herbata czarna, cukier 5g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2828,9kcal ; Białko ogółem 120,40, T: 72,5g.; W: 440,0; Błonnik 22,7g; kw. tłuszczowe nasycone 32,70g, Sód 7460,4mg	

### *Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu*

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło roślinne 15g/mleko</u> /, <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja</u> /, <b>jajko 1szt</b> , barszcz biały 250ml/marchew, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pieprz, sól, <b>seler</b> , śmietana- <b>mleko</b> /, <u>sałatka z buraków 20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka 60g/jaj</u> , mąka <b>pszenna</b> /, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień, mleko</b> , cukier/
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem 400ml</u> /makaron- <b>pszenica</b> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <b>seler</b> , marchew, sól, /, <u>bitka wieprzowa duszona 70g/schab</u> , sól, pieprz/, <u>sos śmietanowy 150ml</u> / mąka <b>pszenna</b> , śmietana- <b>mleko</b> , sól, pieprz, olej rzepakowy, marchew, <b>seler</b> /, <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <b>mleko</b> /, <u>brokuł 100g</u> /, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./ cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne 15g/mleko</u> /, <u>wędlina szynkowa 45g/soja</u> /, jabłko gotowane 1szt/100g/, pomidor 60g, herbata 250ml, herbata czarna, cukier 5g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2597,2kcal ; Białko ogółem 113,50, T: 55,4g.; W: 427,2; Błonnik 22,7g; kw. tłuszczowe nasycone 16,10g, Sód 7386,3mg	

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
<b>Śniadanie</b>	Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja</u> /, <b>jajko1szt</b> , barszcz biały250ml/marchew,mąka <b>pszenna</b> ,olej rzepakowy,pieprz, sól, <b>seler</b> , śmietana- <b>mleko</b> / , <u>sałatka z buraków20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka60g/jaj</u> , mąka <b>pszenna</b> /, <u>kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko</u> , /	13
<b>II Śniadanie</b>	<u>Budyń b/c 200ml/mleko</u> , budyń/	0,3
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <b>seler</b> , marchew, sól, /, <u>bitka wieprzowa duszona70g/schab</u> , sól, pieprz/, <u>sos śmietanowy150ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , śmietana- <b>mleko</b> , sól, pieprz, olej rzepakowy, marchew, <b>seler</b> /, <u>ziemniaki200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <b>mleko</b> /, <u>brokuł 100g/</u> , <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ,./ jabłka, porzeczka, truskawka/	10
<b>Podwieczorek</b>	<u>Jogurt nat.1szt/150g</u> ./ <b>mleko</b> /	1
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>wędlina szynkowa45g/soja</u> /, jabłko1szt/100g/, pomidor60g,herbata250ml,/herbata czarna,/	7
	<b>RAZEM</b>	31
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2244,8kcal ; Białko ogółem 109,70, T: 66,8g.; W: 308,4; Błonnik 26,1g; kw. tłuszczowe nasycone 30,40g, Sód 7010,7mg		

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne15g/mleko</u> /, <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja</u> /, <b>jajko1szt</b> , barszcz biały250ml/marchew,mąka <b>pszenna</b> ,olej rzepakowy,pieprz, sól, <b>seler</b> , śmietana- <b>mleko</b> / , <u>sałatka z buraków20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka60g/jaj</u> , mąka <b>pszenna</b> /, <u>kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> /	
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem250ml/makaron-pszenica</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <b>seler</b> , marchew, sól, /, <u>bitka wieprzowa duszona50g/schab</u> , sól, pieprz/, <u>sos śmietanowy100ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , śmietana- <b>mleko</b> , sól, pieprz, olej rzepakowy, marchew, <b>seler</b> /, <u>ziemniaki200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <b>mleko</b> /, <u>brokuł 100g/</u> , <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ,./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/	
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne15g/mleko</u> /, <u>wędlina szynkowa45g/soja</u> /, jabłko1szt/100g/, pomidor60g,herbata250ml,/herbata czarna, cukier5g/	
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 1822,3kcal ; Białko ogółem 88,20, T: 48,7g.; W: 265,4; Błonnik 21,4g; kw. tłuszczowe nasycone 14,40g, Sód 6295,8mg		

### Dieta o zwiększonej wartości energetycznej / bogatobiałkowa

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>kielbasa biała dr. 2Szt/110g/soja</u> /, <b>jajko 1szt</b> , barszcz biały 250ml/marchew, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pieprz, sól, <b>seler</b> , śmietana- <b>mleko</b> /, <u>sałatka z buraków 20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka 60g/jaj</u> , mąka <b>pszenna</b> /, <u>kawa z mlekiem 250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier/
<b>II Śniadanie</b>	<u>Budyń 200ml/mleko</u> , budyń, cukier/
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem 400ml/makaron- <b>pszenica</b> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <b>seler</b> , marchew, sól, /, <u>bitka wieprzowa duszona 70g/schab</u> , sól, pieprz/, <u>sos śmietanowy 150ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , śmietana- <b>mleko</b> , sól, pieprz, olej rzepakowy, marchew, <b>seler</b> /, <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <b>mleko</b> /, <u>brokuł 100g/</u> , <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> , /, cukier 2g, jabłka, porzeczką, truskawka/
<b>Podwieczorek</b>	Jogurt owocowy 1szt/150g/ <b>mleko</b> /
<b>Kolacja</b>	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>wędlina szynkowa 90g/soja</u> /, jabłko 1szt/100g/, pomidor 60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 5g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2867,8kcal ; Białko ogółem 128,20, T: 73,2g.; W: 440,1; Błonnik 22,7g; kw. tłuszczowe nasycone 33,0g, Sód 7742,6mg	

### Dieta wegetariańska

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>kielbaski sojowe 50g/soja</u> /, <u>pasztet sojowy 50g/soja</u> /, <u>ser żółty 30/mleko</u> /, <b>jajko 1szt</b> , barszcz biały 250ml/marchew, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pieprz, sól, <b>seler</b> , śmietana- <b>mleko</b> /, <u>sałatka z buraków 20g/burak</u> , sól, pieprz, cukier, ziele angielskie, liść laurowy/, <u>babka 60g/jaj</u> , mąka <b>pszenna</b> /, <u>kawa z mlekiem 250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier/
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem 400ml/makaron- <b>pszenica</b> , <b>jaja</b> pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka, pietruszka por, <b>seler</b> , marchew, sól, /, <u>filet ryby panierowany smażony 100g/ryba</u> -mintaj, olej rzepakowy, bułka tarta- <b>pszenica</b> , sól, pieprz/ , <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- <b>mleko</b> /, <u>surówka z kapusty pekińskiej 150g/kapusta pekińska</u> , marchew, sól, nąc pietruszki, olej rzepakowy/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> , /, cukier 2g, jabłka, porzeczką, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>pastę z sera białego 80g/ser biały-mleko</u> , sól, pieprz/, jabłko 1szt/100g/, pomidor 60g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 5g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2245,5kcal ; Białko ogółem 75,0, T: 73,4g.; W: 328,4; Błonnik 20,5g; kw. tłuszczowe nasycone 28,60g, Sód 6264,2mg	

*\*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),, można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.*