

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.04.2026 poniedziałek

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 prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> , <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , <u>sałata20g</u> , <u>pomidor60g/ kawa z mlekiem250ml</u> , <u>/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	<u>soczek owocowy1szt./200ml/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- <b>mleko</b> , pietruszka, <b>seler</b> , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-<b>pszenica, jaja</b>, sól, olej rzepakowy/</u> , <u>sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, <b>seler</b>, konc.pom., /</u> <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> ,cukier2g, jabłko, porzeczka, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, <b>pszenica/.</b></u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, sól, pieprz/</u> , <u>kiełki10g</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> <u>herbata 250ml/</u> ,herbata czarna, cukier10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2167,1kcal ; Białko ogółem 72,8, T: 78,0g,; W: 328,3; Błonnik 22,3g; kw. tłuszczowe nasycone 34,5g, Sód 4565,0mg	

## Dieta lekkostrawna

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> , <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , <u>sałata20g</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , <u>/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- <b>mleko</b> , pietruszka, <b>seler</b> , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-<b>pszenica, jaja</b>, sól, olej rzepakowy/</u> , <u>sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, <b>seler</b>, konc.pom., /</u> <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> ,cukier2g, jabłko, porzeczka, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, <b>pszenica/.</b></u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, <b>seler</b>, pietruszka, sól, pieprz/</u> , <u>kiełki10g</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> <u>herbata 250ml/</u> ,herbata czarna, cukier10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2651,8kcal ; Białko ogółem 86,0, T: 80,9g,; W: 436,7; Błonnik 23,0g; kw. tłuszczowe nasycone 34,8g, Sód 5142,6mg	

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/, mielonka tyrolska45g/soja/, sałata20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>kisiel200ml,</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ mąka pszenna, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, pietruszka, por, , marchew., kalafior, ziemniaki, koper/, makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/, sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., / kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/, kielki10g, jabłko1szt/100g/, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2817,3kcal ; Białko ogółem 88,6, T: 82,0g,; W: 473,0; Błonnik 24,2g; kw. tłuszczowe nasycone 35,1g, Sód 5158,7mg	

### *Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/, polędwica dr45g/soja/, sałata20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ mąka pszenna, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, pietruszka, por, , marchew., kalafior, ziemniaki, koper/, makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/, sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., / kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło rośl.15g/mleko/, pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/, kielki10g, jabłko1szt/100g/, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2601,4kcal ; Białko ogółem 89,2, T: 63,1g,; W: 434,4; Błonnik 23,0g; kw. tłuszczowe nasycone 18,8g, Sód 5483,1mg	

### ***Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów***

		<b>WW</b>
<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto,pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> , <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , <u>sałata20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /	11
<b>II Śniadanie</b>	<u>kisiel b/c200 ml</u> ,	0,2
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- <b>mleko</b> , pietruszka, <b>seler</b> , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/</u> , <u>sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., /</u> <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> jabłka, porzeczka, truskawka/	12
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>	2
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/</u> , <u>kielki10g, jabłko1szt/100g/</u> , <u>herbata 250ml/</u> herbata czarna, /	7
<b>RAZEM</b>		<b>32</b>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2204,7kcal ; Białko ogółem 76,1, T: 79,1g,; W: 329,7; Błonnik 27,6g; kw. tłuszczowe nasycone 34,5g, Sód 4685,5mg		

### ***Dieta o obniżonej wartości energetycznej***

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto,pszenica/.</u> , <u>masło roślinne15g/mleko/</u> , <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , <u>sałata20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/	
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa250ml/</u> mąka <b>pszenna</b> , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- <b>mleko</b> , pietruszka, <b>seler</b> , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/</u> , <u>sos boloński100g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., /</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>pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/</u> , <u>kielki10g, jabłko1szt/100g/</u> , <u>herbata 250ml/</u> herbata czarna, cukier10g/	
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 1512,4kcal ; Białko ogółem 55,6, T: 44,0g,; W: 228,6; Błonnik 18,1g; kw. tłuszczowe nasycone 12,2g, Sód 3540,6mg		

### ***Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa***

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/, mielonka tyrolska90g/soja/, sałata20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>kisiel200ml,</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ mąka pszenna, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/, sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., / kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe.15g/mleko/, pasta z ryby z warzywami100g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/, kiełki10g, jabłko1szt/100g/, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2860,0kcal ; Białko ogółem 101,1, T: 90,9g.; W: 478,2; Błonnik 25,3g; kw. tłuszczowe nasycone 25,3g, Sód 5986,4mg	

### ***Dieta wegetariańska***

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/, dżem wieloowocowy60g, ser topiony17,5g/mleko/, jabłko1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ mąka pszenna, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, ryż z musem jabłkowym300g i jogurtem nat100ml/mleko/ kompot wieloowocowy250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/, kiełki10g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2152,4kcal ; Białko ogółem 59,3, T: 52,1g.; W: 365,8; Błonnik 21,0g; kw. tłuszczowe nasycone 29,3g, Sód 3323,3mg	

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

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