

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.04.2026- środa

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

### *Dieta ogólna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, zacierka na mleku300ml/jaja, mąka pszenna, mleko, cukier, sól/, pasta z jajek50g/jaja, sól, pieprz, koper, majonez-gorczyca,jaja/, pomidor60g, sałata20g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	Jogurt owocowy1szt/150g/mleko/
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, , sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, fasolka po bretońsku250g/fasola jaś, boczek, kiełbasa zwyczajna-soja, mąka pszenna, olej rzepakowy, konc.pom. cebula, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie, sól/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, pasztet dr.50g/jaja, soja/, ogórek kiszony60g, jabłko1szt/100g/, herbata czarna 250ml,/herbata, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2485,8kcal ; Białko ogółem 88,2, T: 82,3g,; W: 370,4; Błonnik 35,1g; kw. tłuszczowe nasycone 34,9g, Sód 8004,4mg	

### *Dieta lekkostrawna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, zacierka na mleku300ml/jaja, mąka pszenna, mleko, cukier, sól/, pasta z jajek50g/jaja, sól, pieprz, koper, majonez-gorczyca,jaja/, pomidor60g, sałata20g kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, , sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, gulasz drobiowy duszony220g/mięso gulaszowe drobiowe, śmietana-mleko, liść laurowy, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka, ziele angielskie, sól/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, brokuł100g, kompot wieloowocowy250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15G/ mleko /, pasztet dr50g/jaja,soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2784,2kcal ; Białko ogółem 89,5, T: 90,0g,; W: 421,4; Błonnik 22,8g; kw. tłuszczowe nasycone 34,6g, Sód 7028,0mg	

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ <u>jaja</u> , mąka <b>pszenna, mleko</b> , cukier, sól/, <u>pasta z jajek</u> 50g/ <u>jaja</u> , sól, pieprz, koper, majonez- <b>gorczyca,jaja</b> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień, mleko</b> , cukier10g/
<b>II Śniadanie</b>	<u>Ciasteczka kruche</u> 30g/ <b>pszenica, jaja</b> /
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa</u> 400ml/ <u>pietruszk</u> a, olej rzepakowy, śmietana- <b>mleko</b> , , sól, pieprz czarny, <b>seler</b> , ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, <u>gulasz drobiowy duszony</u> 220g/ <u>mięso gulaszowe drobiowe</u> , śmietana- <b>mleko</b> , liść laurowy, majeranek, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, papryka czerwona słodka, ziele angielskie, sól/, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- <b>mleko</b> /, <u>brokuł</u> 100g, <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
<b>Podwieczorek</b>	<u>jogurt nat.</u> 1szt/150g/ <b>mleko</b> /
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ <b>mleko</b> /, <u>pasztet dr</u> 50g/ <u>jaja,soja</u> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml,/herbata czarna, cukier10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2996,6kcal ; Białko ogółem 99,7, T: 97,2g,; W: 454,1; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 38,3g, Sód 7140,7mg	

### *Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło roślinne</u> 15g/ <b>mleko</b> /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ <u>jaja</u> , mąka <b>pszenna, mleko</b> , cukier, sól/, <u>pasta z jajek</u> 50g/ <u>jaja</u> , sól, pieprz, koper, majonez- <b>gorczyca,jaja</b> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień, mleko</b> , cukier10g/
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa</u> 400ml/ <u>pietruszk</u> a, olej rzepakowy, śmietana- <b>mleko</b> , , sól, pieprz czarny, <b>seler</b> , ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, <u>gulasz drobiowy duszony</u> 150g/ <u>mięso gulaszowe drobiowe</u> , śmietana- <b>mleko</b> , liść laurowy, majeranek, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, papryka czerwona słodka, ziele angielskie, sól/, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- <b>mleko</b> /, <u>brokuł</u> 100g, <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło roślinne</u> 15G/ <b>mleko</b> /, <u>pasztet dr</u> 50g/ <u>jaja,soja</u> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml,/herbata czarna, cukier10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2577,8kcal ; Białko ogółem 83,2, T: 71,4g,; W: 417,1; Błonnik 22,6g; kw. tłuszczowe nasycone 20,4g, Sód 6225,6mg	

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/ mleko /, zacierka na mleku 300ml/jaja, mąka pszenna, mleko, cukier, sól/, pasta z jajek 50g/jaja, sól, pieprz, koper, majonez-gorczyca,jaja/, pomidor 60g, sałata 20g kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	11
<b>II Śniadanie</b>	<u>Kefir 150ml/mleko/</u>	0,7
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa 400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, , sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, gulasz drobiowy duszony 220g/mięso gulaszowe drobiowe, śmietana-mleko, liść laurowy, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka, ziele angielskie, sól/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, brokuł 100g, kompot wieloowocowy 250ml, / jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	10
<b>Podwieczorek</b>	<u>Pieczywo chrupkie 30g/żyto/</u>	2
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15G/ mleko /, pasztet dr 50g/jaja,soja/, pomidor 60g, jabłko 1 szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, /</u>	7
<b>RAZEM</b>		<b>31</b>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2398,7kcal ; Białko ogółem 84,8, T: 90,4g,; W: 317,3; Błonnik 26,2g; kw. tłuszczowe nasycone 35,7g, Sód 6610,9mg		

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/ mleko /, , pasta z jajek 50g/jaja, sól, pieprz, koper, majonez-gorczyca,jaja/, pomidor 30g, sałata 20g kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>	
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa 250ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, , sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, gulasz drobiowy duszony 150g/mięso gulaszowe drobiowe, śmietana-mleko, liść laurowy, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka, ziele angielskie, sól/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, brokuł 100g, kompot wieloowocowy 250ml, /cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15G/ mleko /, pasztet dr 50g/jaja,soja/, pomidor 30g, jabłko 1 szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier 10g/</u>	
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 1577,9kcal ; Białko ogółem 48,3, T: 62,2g,; W: 213,6; Błonnik 19,9g; kw. tłuszczowe nasycone 17,3g, Sód 5332,7mg		

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, zacierka na mleku300ml/jaja, mąka pszena, mleko, cukier, sól/, pasta z jajek100g/jaja, sól, pieprz, koper, majonez-gorczyca,jaja/, pomidor60g, sałata20g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>Ciasteczka kruche30g/pszenica, jaja/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa400ml/pietruska, olej rzepakowy, śmietana-mleko, , sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/, gulasz drobiowy duszony220g/mięso gulaszowe drobiowe, śmietana-mleko, liść laurowy, majeranek, mąka pszena, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka, ziele angielskie, sól/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, brokuł100g, kompot wieloowocowy250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Jogurt nat.1szt/150g/mleko/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15G/ mleko /, pasztet dr50g/jaja,soja/, ser biały50g/mleko/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3151,1kcal ; Białko ogółem 114,3, T: 106,8g,; W: 456,6; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 41,4g, Sód 7632,8mg	

### **Dieta wegetariańska**

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło roślin.15g/ mleko /, zacierka na mleku300ml/jaja, mąka pszena, mleko, cukier, sól/, pasta z jajek50g/jaja, sól, pieprz, koper, majonez-gorczyca,jaja/, pomidor60g, sałata20g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa jarzynowa400ml/pietruska, olej rzepakowy, śmietana-mleko, , sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, kalafior, brokuł/,makaron z serem białym300g/makaron-pszenica, jaja, sól, ser biały-mleko/, sos truskawkowy150ml/śmietana-mleko, truskawki, cukier/ kompot wieloowocowy250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, pasztet sojowy50g/soja/, ogórek kiszony60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2417,5kcal ; Białko ogółem 80,3, T: 83,0g,; W: 342,5; Błonnik 18,4g; kw. tłuszczowe nasycone 37,2g, Sód 3802,4mg	

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