

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.04.2026 czwartek

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>chrupki kukurydziane20g</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/,<u>kotlet mielony smażony100g/mięso wieprzowe mielone, sól, pieprz, jajko, bułka tarta-pszenica, olej rzepakowy/ ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, surówka z ogórka kiszzonego150g/marchew, cebula, ogórek kiszony, sól, pieprz, olej rzepakowy/,<u>kompot wieloowocowy250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u></u></u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g,/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko / ,połędwica dr.45g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2338,5kcal ; Białko ogółem 76,4, T: 91,0g,; W: 313,4; Błonnik 22,2g; kw. tłuszczowe nasycone 34,9g, Sód 5176,6mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidoro60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ <u>pulpet drobiowy gotowany100g/olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, pieprz czarny/ , ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, <u>sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml, / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u></u></u></u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g,/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko / ,połędwica dr.45g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2648,6kcal ; Białko ogółem 93,0, T: 69,9g,; W: 432,6; Błonnik 26,7g; kw. tłuszczowe nasycone 31,9g, Sód 5546,1mg	

Dieta łatwostrawna(ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko gotowane1szt/100g/, pomidro60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Soczek owocowy1szt/200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ pulpet drobiowy gotowany100g/olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, pieprz czarny/., ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/ kompot wieloowocowy250ml, / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Podwieczorek	<u>Chrupki kukurydziane20g</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko / , polędwica dr.45g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2790,6kcal ; Białko ogółem 95,3, T: 70,6g,; W: 463,6; Błonnik 28,8g; kw. tłuszczowe nasycone 32,0g, Sód 5549,3mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko gotowane1szt/100g/, pomidro60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ pulpet drobiowy gotowany100g/olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, pieprz czarny/., ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/ kompot wieloowocowy250ml, / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko / , polędwica dr.45g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2555,5kcal ; Białko ogółem 92,8, T: 59,6g,; W: 432,4; Błonnik 26,7g; kw. tłuszczowe nasycone 19,3g, Sód 5562,6mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajanych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidro60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	12
II Śniadanie	<u>Sok pomidorowy150ml</u>	0,2
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ pulpet drobiowy gotowany100g/olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, pieprz czarny/ ., ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, olej rzepakowy/ kompot wieloowocowy250ml, / jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	12
Podwieczorek	<u>Chrupki kukurydziane20g</u>	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszeno-żytnie/graham120g,/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko / , polędwica dr.45g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, /</u>	6
	RAZEM	32
Wartości odżywcze: E: 2195,1kcal ; Białko ogółem 83,9, T: 68,0g,; W: 323,4; Błonnik 32,9g; kw. tłuszczowe nasycone 31,4g, Sód 5167,7mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g,/mleko / ., serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidro60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>	
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony250ml/pietruszką, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ pulpet drobiowy gotowany80g/olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, pieprz czarny/ ., ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos śmietanowy100ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/ kompot wieloowocowy250ml, / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g,/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko / , polędwica dr.45g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>	
Wartości odżywcze: E: 1507,0kcal ; Białko ogółem 56,4, T: 45,9g,; W: 226,9; Błonnik 22,5g; kw. tłuszczowe nasycone 14,8g, Sód 4036,6mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, ser żółty50g/mleko/ jabłko1szt/100g/, pomidoro60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Soczek owocowy1szt/200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruska, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ pulpet drobiowy gotowany100g/olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, pieprz czarny/ , ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/ kompot wieloowocowy250ml, / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Podwieczorek	<u>chrupki kukurydziane20g</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g,/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko / ,połędwica dr.90g/soja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3015,7kcal ; Białko ogółem 118,5, T: 84,9g,; W: 464,4; Błonnik 28,8g; kw. tłuszczowe nasycone 41,6g, Sód 6307,3mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko / ,płatki kukurydziane na mleku300ml /pszenica, mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/pietruska, olej rzepakowy, śmietana-mleko, buraki, majeranek, sól, pieprz czarny, seler, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, por,cebula, ziele angielskie, liść laurowy/ kotlet rybny smażony100g/ryba-mintaj, sól, pieprz, jajko, bułka tarta-pszenica, olej rzepakowy/ ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, surówka z marchewki i jabłka150g, /marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/, kompot wieloowocowy250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g,/żyto, pszenica/, masło roślin.15g/ mleko/ ,pasta warzywna50g/seler, soja, gorczyca/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier5g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2031,6kcal ; Białko ogółem 65,0, T: 52,3g,; W: 337,3; Błonnik 25,9g; kw. tłuszczowe nasycone 27,9g, Sód 4093,8mg	

****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.***