

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.04.2026 - sobota

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

Dieta ogólna

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żyto120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, polędwica z kurczaka 45g/soja/, sałata 20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> |
| II Śniadanie Dzieci | <u>Gruszka1szt/130g/</u> |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały400ml/majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler, sól, śmietana-mleko, ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./<u>pulpet ryżowy gotowany100g/jaja</u>, ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta-pszenica/, <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u>, ziemniaki, sól/ , <u>sos jarzynowy150ml/koper, śmietana-mleko</u>, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna/, <u>surówka z kapusty czerwonej150g/czerwona kapusta marchew, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy, pieprz, jabłko/ <u>kompot250ml</u> / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u></u> |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, jajko2szt, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u> |
| Wartości odżywcze: E: 2137,6kcal ; Białko ogółem 69,3, T: 79,4g,; W: 298,2; Błonnik 22,8g; kw. tłuszczowe nasycone 30,7g, Sód 5912,0mg | |

Dieta lekkostrawna

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, polędwica z kurczaka 45g/soja/, sałata 20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały400ml/majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler, sól, śmietana-mleko, ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./<u>pulpet ryżowy gotowany100g/jaja</u>, ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta-pszenica/, <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u>, ziemniaki, sól/ , <u>kalafior100g/kalafior, sól/</u>, <u>sos jarzynowy150ml/koper, śmietana-mleko</u>, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna/, <u>kompot250ml</u> / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u> |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, jajko2szt, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u> |
| Wartości odżywcze: E: 2558,5kcal ; Białko ogółem 83,4, T: 76,7g,; W: 401,7; Błonnik 23,2g; kw. tłuszczowe nasycone 30,7g, Sód 6871,2mg | |

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

| | |
|--|---|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>połędwica z kurczaka</u> 45g/ soja /, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/ |
| II Śniadanie | kisiel200ml, /kisiel,cukier/ |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały</u> 400ml/majeranek, mąka pszenna , olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler , sól, śmietana- mleko , ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./ <u>pulpet ryżowy gotowany</u> 100g/ jaja , ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta- pszenica /, <u>ziemniaki</u> 200g/jogurt nat- mleko , ziemniaki, sól/ , <u>kalafior</u> 100g/kalafior, sól/, <u>sos jarzynowy</u> 150ml/koper, śmietana- mleko , pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna /, <u>kompot</u> 250ml / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/ |
| Podwieczorek | wafle ryżowe30g/ sezam / |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>jajko</u> 2szt, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml,/herbata czarna, cukier10g/ |
| Wartości odżywcze: E: 2723,9kcal ; Białko ogółem 86,0, T: 77,8g.; W: 438,1; Błonnik 24,3g; kw. tłuszczowe nasycone 31,0g, Sód 6887,3mg | |

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|------------------|---|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica ./, <u>masło roślinne</u> 15g/ mleko /, <u>połędwica z kurczaka</u> 45g/ soja /, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/ |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały</u> 400ml/majeranek, mąka pszenna , olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler , sól, śmietana- mleko , ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./ <u>pulpet ryżowy gotowany</u> 100g/ jaja , ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta- pszenica /, <u>ziemniaki</u> 200g/jogurt nat- mleko , ziemniaki, sól/ , <u>kalafior</u> 100g/kalafior, sól/, <u>sos jarzynowy</u> 150ml/koper, śmietana- mleko , pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna /, <u>kompot</u> 250ml / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/ |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica ./, <u>masło roślinne</u> 15g/ mleko /, <u>jajko</u> 2szt, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml,/herbata czarna, cukier10g/ |
| | |

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | | WW |
|---|--|-----|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, połówka z kurczaka 45g/soja/, sałata 20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u> | 7 |
| II Śniadanie | Kisiel b/c200ml, | 0,2 |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały400ml/majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler, sól, śmietana-mleko, ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./pulpet ryżowy gotowany100g/jaja, ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta-pszenica/, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/ , kalafior100g/kalafior, sól/, sos jarzynowy150ml/koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna/, kompot250ml / jabłka, porzeczka, truskawka/</u> | 13 |
| Podwieczorek | <u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u> | 2 |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, jajko2szt, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml,/herbata czarna, /</u> | 7 |
| | RAZEM | 29 |
| Wartości odżywcze: E: 2111,3kcal ; Białko ogółem 73,5, T: 74,9g,; W: 294,8; Błonnik 27,7g; kw. tłuszczowe nasycone 30,3g, Sód 6414,1mg | | |

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

| | | |
|---|---|--|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/ mleko /, połówka z kurczaka 45g/soja/, sałata 20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> | |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały250ml/majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler, sól, śmietana-mleko, ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./pulpet ryżowy gotowany80g/jaja, ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta-pszenica/, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/ , kalafior100g/kalafior, sól/, sos jarzynowy100ml/koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna/, kompot250ml / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u> | |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/mleko/, jajko2szt, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u> | |
| Wartości odżywcze: E: 1587,1kcal ; Białko ogółem 59,4, T: 52,9g,; W: 226,4; Błonnik 20,5g; kw. tłuszczowe nasycone 15,3g, Sód 5072,7mg | | |

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, poledwica z kurczaka 90g/soja/, sałata 20g, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> |
| II Śniadanie | <u>kisiel200ml. /kisiel,cukier/</u> |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały400ml/majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler, sól, śmietana-mleko, ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./pulpet ryżowy gotowany100g/jaja, ryż, mięso mielone drobiowe, majeranek, sól, pieprz czarny, , bułka tarta-pszenica/, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/ , kalafior100g/kalafior, sól/, sos jarzynowy150ml/koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna/, kompot250ml / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u> |
| Podwieczorek | <u>wafle ryżowe30g /sezam/</u> |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, jajko2szt, szynka dr.45g/soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u> |
| Wartości odżywcze: E: 2805,6kcal ; Białko ogółem 103,3, T: 79,1g.; W: 438,1; Błonnik 24,3g; kw. tłuszczowe nasycone 31,3g, Sód 7493,8mg | |

Dieta wegetariańska

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko /, konserwa rybna50g/ryba i produkty pochodne/, pomidor60g, sałata20g kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> |
| Obiad | <u>Zupa barszcz biały400ml/majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, pieprz, pietruszka, por, seler, sól, śmietana-mleko, ziemniaki, ziele angielskie, kwasek cytrynowy, liść laurowy./ kotlet sojowy smażony100g/jaja, bułka tarta-pszenica, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny, soja/, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/ ,surówka z kapusty czerwonej150g/czerwona kapusta marchew, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy, pieprz, jabłko/, kompot250ml / cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u> |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, jajko2szt, pomidor60g, jabłko1szt/100g/, herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u> |
| Wartości odżywcze: E: 2173,8kcal ; Białko ogółem 105,7, T: 66,0g.; W: 299,8; Błonnik 40,0g; kw. tłuszczowe nasycone 26,4g, Sód 4353,4mg | |

****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, smarowania, masła roślinnego, kawy), można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.***