

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 19.04.2026 - niedziela

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 /, ser żółty30g/mleko/, poledwica dr.30g/soja/, pomidor60g. kakao250ml./mleko, kakao, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	Wafelek1szt/ pszenica/
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica, jaja, , seler, , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <u>udko pieczone 120g/udko drobiowe, , pieprz czarny, sól, papryka czerwona, słodka, olej rzepakowy/, <u>ziemniaki200g/ziemniaki, jogurt nat.-mleko, sól/,<u>sos pieczarkowy100ml/mąka pszenna, śmietana-mleko, pieczarki,cebul, sól, pieprz/ fasolka szparagowa150g/fasolka szparagowa, bułka tarta-pszenica, sól, margaryna-mleko, olej rzepakowy/ napój wieloowocowy250ml./</u> cukier2g, jabłka, porzeczek, truskawka/</u></u></u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, <u>pieczeń rzymska50g/jaja, soja/, ogórek kiszony60g, jabłko1szt/100g/, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u></u>

Wartości odżywcze: E: 2188,0kcal ; Białko ogółem 82,8, T: 82,7g,; W: 290,4; Błonnik 23,8g;
kw. tłuszczowe nasycone 34,9g, Sód 7496,1mg

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, poledwica z warzywami45g/soja/ pomidor60g, jabłko1szt/100g/ kakao250ml./mleko, kakao, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica, jaja, seler, pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <u>udko gotowane120g, /pieprz ,udko drobiowe, sól/, <u>sos pietruszkowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /,ziemniaki200g/ziemniaki, jogurt nat.-mleko, sól/,<u>marchewka gotowana200g/masło-mleko, marchew, sól, mąka pszenna, cukier/ , napój wieloowocowy250ml./</u> cukier2g, jabłka, porzeczek, truskawka/</u></u></u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja,jaja/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2532,0kcal ; Białko ogółem 78,2, T: 71,0g,; W: 415,2; Błonnik 27,6g;
kw. tłuszczowe nasycone 29,6g, Sód 7514,8mg

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, poledwica z warzywami45g/soja/ pomidor60g, jabłko gotowane1szt/100g, kakao250ml./mleko, kakao, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>budyń200g /mleko, budyń, cukier/</u>
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica, jaja, seler, pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <u>udko gotowane120g, /pieprz ,udko drobiowe, sól/, <u>sos pietruszkowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /,ziemniaki200g/ziemniaki, jogurt nat.-mleko, sól/,<u>marchewka gotowana200g/masło-mleko, marchew, sól, mąka pszenna, cukier/ , napój wieloowocowy250ml./</u> cukier2g, jabłka, porzeczek, truskawka/</u></u></u>
Podwieczorek	soczek owocowy1szt /200ml/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja,jaja/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2716,6kcal ; Białko ogółem 84,8, T: 77,8g,; W: 438,8; Błonnik 27,9g;
kw. tłuszczowe nasycone 33,6g, Sód 7608,4mg

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne15g/ mleko /</u> , polędwica z warzywami45g/ soja/ pomidor60g, jabłko1szt/100g/ kakao250ml,/mleko, kakao, cukier10g/
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica, jaja, seler, pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <u>udko gotowane120g, /pieprz ,udko drobiowe, sól/, sos pietruszkowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /,<u>ziemniaki200g /ziemniaki, jogurt nat.-mleko, sól/,<u>marchewka gotowana200g/masło-mleko, marchew, sól, mąka pszenna, cukier/ , <u>napój wieloowocowy250ml./</u>, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u></u></u></u>
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne15g/ mleko /</u> , <u>pasztet dr50g/soja,jaja/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2438,8kcal ; Białko ogółem 78,0, T: 60,7g,; W: 415,0; Błonnik 27,6g; kw. tłuszczowe nasycone 17,0g, Sód 7531,3mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u>, polędwica z warzywami45g/soja/ pomidor60g, jabłko1szt/100g/ kakao250ml,/mleko, kakao, /</u>	9
II Śniadanie	<u>budyń b/c200g /mleko,budyń/</u>	0,3
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-pszenica, jaja, seler, pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <u>udko gotowane120g, /pieprz ,udko drobiowe, sól/, sos pietruszkowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /,<u>ziemniaki200g /ziemniaki, jogurt nat-mleko, sól/,<u>fasolka szparagowa150g/fasolka szparagowa, bułka tarta-pszenica, sól, margaryna-mleko, olej rzepakowy/ , <u>napój wieloowocowy250ml./</u>, , jabłka, porzeczka, truskawka/</u></u></u></u>	13
Podwieczorek	<u>kanapka z serem żółtym1szt /żyto, pszenica, mleko/</u>	6
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u>, <u>pasztet dr50g/soja,jaja/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, /</u></u>	6
RAZEM		34
Wartości odżywcze: E: 2499,1kcal ; Białko ogółem 87,4, T: 85,0g,; W: 354,6; Błonnik 36,3g; kw. tłuszczowe nasycone 37,9g, Sód 7894,5mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, <u>masło roślinne15g/ mleko /</u>, polędwica z warzywami45g/soja/ pomidor30g, jabłko1szt/100g/ kakao250ml,/mleko, kakao, cukier10g/</u>	
Obiad	<u>Rosół z makaronem250ml/makaron-pszenica, jaja, seler, pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <u>udko gotowane120g, /pieprz ,udko drobiowe, sól/, sos pietruszkowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana- mleko, sól, pieprz czarny, /,<u>ziemniaki200g /ziemniaki, jogurt nat-mleko, sól/,<u>marchewka gotowana150g/masło-mleko, marchew, sól, mąka pszenna, cukier/ , <u>napój wieloowocowy250ml./</u>, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u></u></u></u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, <u>masło roślinne15g/ mleko /</u>, <u>pasztet dr50g/soja,jaja/, pomidor30g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u></u>	
Wartości odżywcze: E: 1590,1kcal ; Białko ogółem 55,1, T: 52,8g,; W: 230,6; Błonnik 21,4g; kw. tłuszczowe nasycone 15,6g, Sód 6542,0mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /,, <u>połędwica z warzywami</u> 90g/ soja / <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>kakao</u> 250ml/, mleko , kakao, cukier10g/
II Śniadanie	<u>budyń</u> 200g / mleko , budyń, cukier/
Obiad	<u>Rosół z makaronem</u> 400ml/makaron- pszenica, jaja, seler , pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/, <u>udko gotowane</u> 120g, /pieprz ,udko drobiowe, sól/, <u>sos pietruszkowy</u> 150ml/marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny, /, <u>ziemniaki</u> 200g /ziemniaki, jogurt nat.- mleko , sól/, <u>marchewka gotowana</u> 200g/masło- mleko , marchew, sól, mąka pszenna , cukier/ , <u>napój wieloowocowy</u> 250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	<u>soczek owocowy</u> 1szt /200ml/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>pasztet dr</u> 50g/ soja , jaja /, <u>ser biały</u> 50g/ mleko / <u>pomidor</u> 60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2859,7kcal ; Białko ogółem 97,9, T: 85,2g,; W: 443,5; Błonnik 27,9g; kw. tłuszczowe nasycone 36,7g, Sód 8376,8mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g./ mleko /, <u>ser żółty</u> 50g/ mleko /, <u>pomidor</u> 60g <u>kakao</u> 250ml./ mleko , kakao, cukier10g/
Obiad	<u>Rosół z makaronem</u> 400ml/makaron- pszenica, jaja , , seler , , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/, <u>udko pieczone</u> 120g/udko drobiowe, , pieprz czarny, sól, papryka czerwona, słodka, olej rzepakowy/, <u>filet ryby panierowany</u> 100g/ ryba -mintaj, bułka tarta- pszenica , olej rzepakowy, sól, pieprz, jaja /, <u>ziemniaki</u> 200g /ziemniaki, jogurt nat.- mleko , sól/, <u>sos pieczarkowy</u> 100ml/mąka pszenna , śmietana- mleko , pieczarki,cebula, sól, pieprz/ <u>fasolka szparagowa</u> 150g/fasolka, bułka tarta- pszenica , sól, margaryna- mleko , olej rzepakowy/ <u>napój wieloowocowy</u> 250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	<u>Pieczywo pieczywo-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne</u> 15g./ mleko / <u>pastę z sera białego</u> 50g/ser biały- mleko , kefir- mleko , sól, pieprz/, <u>pomidor</u> 60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2229,6kcal ; Białko ogółem 82,0, T: 87,4g,; W: 288,9; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 36,1g, Sód 6972,8mg	

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