

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 21.04.2026- wtorek

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/ mleko/ płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko / , ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	banan1szt/200g/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, pieprz ziółowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, gulasz duszony220g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-mleko, cebula, sól, mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki na ciepło200g/ sól, buraki, mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko / , paszтет dr 50g/soja, jaja/ ,pomidor60, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2427,9kcal ; Białko ogółem 79,7, T: 88,8g,; W: 341,1; Błonnik 26,1g; kw. tłuszczowe nasycone 36,1g, Sód 6046,8mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/ mleko/ płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko / , ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, pieprz ziółowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, gulasz duszony220g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-mleko, cebula, sól, mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki na ciepło200g/ sól, buraki, mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzertka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15g/mleko / , paszтет dr 50g/soja, jaja/ , pomidor60g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2912,7kcal ; Białko ogółem 92,8, T: 91,7g,; W: 449,5; Błonnik 26,8g; kw. tłuszczowe nasycone 36,4g, Sód 6624,4mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/ mleko/ płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko / , ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	Budyń200g/mleko, budyń, cukier/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, pieprz ziołowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, gulasz duszony220g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-mleko, cebula, sól, mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki na ciepło200g/ sól, buraki, mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Podwieczorek	Ciasteczka kruche30g/pszenica, jaja/
Kolacja	<u>Bułka kajzertka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15g/mleko / , pasztet dr 50g/soja, jaja/ , pomidor60g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3155,7kcal ; Białko ogółem 101,8, T: 102,0g,; W: 483,7; Błonnik 27,1g; kw. tłuszczowe nasycone 42,0g, Sód 6715,3mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g,/ mleko/ płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko / , ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, pieprz ziołowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, gulasz duszony150g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-mleko, cebula, sól, mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki na ciepło150g/ sól, buraki, mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzertka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/mleko / , szynka dr 50g/soja, / , pomidor60g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2642,0kcal ; Białko ogółem 90,3, T: 68,0g,; W: 435,9; Błonnik 25,3g; kw. tłuszczowe nasycone 20,7g, Sód 5780,4mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g,/ mleko/</u> <u>płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, oves, soja, mleko / ,</u> <u>ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/,</u> <u>pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko/</u>	11
II Śniadanie	Budyń b/c200ml /budyń, mleko/	0,3
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka</u> <u>pszenna, pieprz ziółowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/,</u> <u>gulasz duszony220g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-</u> <u>mleko, cebula, sól, mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej</u> <u>rzepakowy, papryka czerwona słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/,</u> <u>buraczki na ciepło200g/ sól, buraki, mąka pszenna, pieprz czarny, śmietana-mleko,</u> <u>kwasek/, kompot wieloowocowy250ml./ jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	13
Podwieczorek	<u>Ciasteczka b/c30g/pszenica, jaja/</u>	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15g/mleko /,</u> <u>paszтет dr 50g/soja, jaja/ , pomidor60g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata</u> <u>czarna, /</u>	7
RAZEM		33
Wartości odżywcze: E: 2486,1kcal ; Białko ogółem 83,7, T: 93,3g,; W: 338,9; Błonnik 34,1g; kw. tłuszczowe nasycone 36,4g, Sód 6151,9mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g,/ mleko/, ser biały z</u> <u>koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor30g, kielki10g, kawa</u> <u>z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>	
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 250ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka</u> <u>pszenna, pieprz ziółowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, gulasz</u> <u>duszony150g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-mleko, cebula, sól,</u> <u>mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona</u> <u>słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki na ciepło100g/ sól, buraki,</u> <u>mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/, kompot</u> <u>wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/mleko /, szynka</u> <u>dr./soja/, pomidor30g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata czarna, cukier10g/</u>	
Wartości odżywcze: E: 1586,9kcal ; Białko ogółem 58,9, T: 53,0g,; W: 225,5; Błonnik 19,7g; kw. tłuszczowe nasycone 14,7g, Sód 4061,7mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko/ płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko / , ser biały z koperkiem100g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Budyń200g/mleko, budyń, cukier/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, pieprz ziołowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, gulasz duszony220g/ziele angielskie, seler, pieprz czarny, liść laurowy, śmietana-mleko, cebula, sól, mięso gulaszowe drobiowe, majeranek, mąka pszenna, olej rzepakowy, papryka czerwona słodka/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki na ciepło200g/ sól, buraki, mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Podwieczorek	<u>Ciasteczka kruche30g/pszenica, jaja/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzertka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15g/mleko / , pasztet dr 50g/soja, jaja/ , poledwica dr30g/soja/, pomidor60g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, / herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3251,8kcal ; Białko ogółem 117,6, T: 104,7g,; W: 486,1; Błonnik 27,2g; kw. tłuszczowe nasycone 43,5g, Sód 7353,8mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko/ płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko / , ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, pomidor60g, kielki10g, kawa z mlekiem250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/por, pieprz czarny, koper, seler, pietruszka, marchew, mąka pszenna, pieprz ziołowy, ziemniaki, olej rzepakowy, sól, śmietana-mleko, kalafior/, jajko sadzone smażone2szt/jaja, sól, pieprz, olej rzepakowy/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/,buraczki na ciepło200g/ sól, buraki, mąka pszenna, cukier, pieprz czarny, śmietana-mleko, kwasek/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło roślinne.15g/ mleko/, kabanoski roślinne50g/soja/ ,jabłko1szt/100g/, pomidor60g herbata 250ml, / herbata czarna, cukier5g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2031,9kcal ; Białko ogółem 67,3, T: 60,5g,; W: 316,2; Błonnik 23,8g; kw. tłuszczowe nasycone 30,9g, Sód 4596,2mg	

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

**dokładny skład gotowych produktów nie sporządzanych u nas na kuchni (m.in., wędlin, dżemów, kielbas, pasztetów, serów, masła, smarowania,kawy). Można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.*