

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.04.2026 – czwartek

Dla szpitala psychiatrycznego: masło roślinne 20g, pieczywo 150g, zupa mleczna 400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki 250g

<i>Dieta ogólna</i>	
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, płatki owsiane na mleku 300ml /owies, mleko/, pasta z ciecierzycy 50g/ciecierzycy, marchew, seler, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, pomidor 60g, kiełki 10g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>Jogurt owocowy 1szt/150g/mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa krupnik 400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, kotlet mielony smażony 100g/mięso mielone wieprzowe, sol, pieprz, jaja, bułka-pszenica, bułka tarta-pszenica, olej rzepakowy/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól jogurt nat.-mleko/, marchewka z jabłkiem 150g/marchew, jabłko, cukier/, kompot wieloowocowy 250ml./cukier 2g, truskawki, jabłka, porzeczka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko /, parówka 2szt/110g/soja/, pomidor 60g, ketchup 20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2631,1kcal ; Białko ogółem 78,0, T: 113,3g.; W: 336,6; Błonnik 28,1g; kw. tłuszczowe nasycone 42,2g, Sód 4649,6mg	

<i>Dieta lekkostrawna</i>	
Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, płatki owsiane na mleku 300ml /owies, mleko/, pasta z ciecierzycy 50g/ciecierzycy, marchew, seler, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, pomidor 60g, kiełki 10g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
Obiad	<u>Zupa krupnik 400ml./kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko., ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/ pulpet got. 100g/mięso drobiowe, jaja, sól, pieprz, bułka-pszenica/, sos pietruszkowy 150ml/śmietana-mleko., sól, pietruszka, marchew, pieprz czarny, mąka pszenna, olej rzepakowy/, ziemniaki 200g /ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, marchewka z jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłko/, kompot wieloowocowy 250ml./cukier 2g, truskawki, jabłka, porzeczka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko /, parówka 2szt/110g/soja/, pomidor 60g, ketchup 15g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3075,6kcal ; Białko ogółem 92,7, T: 106,8g.; W: 456,1; Błonnik 29,4g; kw. tłuszczowe nasycone 42,8g, Sód 6113,0mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, płatki owsiane na mleku 300ml /owies, mleko/, pasta z ciecierzycy 50g/ciecierzycy, marchew, seler, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, pomidor 60g, kiełki 10g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
II Śniadanie	<u>chrupki kukurydzy 20g</u>
Obiad	<u>Zupa krupnik 400ml./kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziółowy, śmietana-mleko,, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/ pulpet got. 100g/mięso drobiowe, jaja, sól, pieprz, bułka-pszemica/, sos pietruszkowy 150ml/śmietana-mleko,, sól, pietruszka, marchew, pieprz czarny, mąka pszenna, olej rzepakowy,/, ziemniaki 200g /ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko,/, marchewka z jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłko,/, kompot wieloowocowy 250ml./cukier 2g, truskawki, jabłka, porzeczką/</u>
Podwieczorek	<u>Sok pomidorowy 150ml</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g,/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko /, parówka 2szt/110g//soja/, pomidor 60g, ketchup 15g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3180,1kcal ; Białko ogółem 95,4, T: 107,7g,; W: 477,3; Błonnik 31,8g; kw. tłuszczowe nasycone 42,9g, Sód 6209,7mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/mleko/, płatki owsiane na mleku 300ml /owies, mleko/, pasta z ciecierzycy 50g/ciecierzycy, marchew, seler, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, pomidor 60g, kiełki 10g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
Obiad	<u>Zupa krupnik 400ml./kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziółowy, śmietana-mleko,, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/ pulpet got. 80g/mięso drobiowe, jaja, sól, pieprz, bułka-pszemica/, sos pietruszkowy 100ml/śmietana-mleko,, sól, pietruszka, marchew, pieprz czarny, mąka pszenna, olej rzepakowy,/, ziemniaki 200g /ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko,/, marchewka z jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłko,/, kompot wieloowocowy 250ml./cukier 2g, truskawki, jabłka, porzeczką/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g,/żyto, pszenica/, masło roślinne 15G/ mleko /, parówka 1szt/55g//soja/, serek kanpkowy 50g/mleko/ pomidor 60g, ketchup 15g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2794,0kcal ; Białko ogółem 90,5, T: 78,7g,; W: 450,4; Błonnik 29,1g; kw. tłuszczowe nasycone 25,2g, Sód 6602,1mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/,</u> <u>płatki owsiane na mleku 300ml /owies, mleko/, pasta z ciecierzycy 50g/ciecierzycy,</u> <u>marchew, seler, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, pomidor 60g, kiełki 10g, kawa z</u> <u>mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko/</u>	11
II Śniadanie	Chrupki kukurydziane 20g	2
Obiad	<u>Zupa krupnik 400ml./kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler,</u> <u>mąka pszenna, olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko,, ziele</u> <u>angielskie, ziemniaki, majeranek/ pulpet got. 100g/mięso drobiowe, jaja, sól, pieprz,</u> <u>bułka-pszemica/, sos pietruszkowy 150ml/śmietana-mleko,, sól, pietruszka, marchew,</u> <u>pieprz czarny, mąka pszenna, olej rzepakowy,/, ziemniaki 200g /ziemniaki, sól, jogurt</u> <u>nat.-mleko,/, marchewka z jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłko,/, kompot</u> <u>wielowocowy 250ml./cukier 2g, truskawki, jabłka, porzeczka/</u>	14
Podwieczorek	sok pomidorowy 150ml.,	0,2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g,/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko</u> <u>/, parówka 2szt/110g/soja/, pomidor 60g, ketchup 15g herbata 250ml./herbata czarna, /</u>	7
RAZEM		34
Wartości odżywcze: E: 2608,0kcal ; Białko ogółem 83,0, T: 104,8g,; W: 343,9; Błonnik 35,2g; kw. tłuszczowe nasycone 42,3g, Sód 5736,6mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/mleko/, /, pasta z</u> <u>ciecierzycy 50g/ciecierzycy, marchew, seler, olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, pomidor 30g,</u> <u>kiełki 10g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>	
Obiad	<u>Zupa krupnik 250ml./kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka</u> <u>pszenna, olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko,, ziele angielskie,</u> <u>ziemniaki, majeranek/ pulpet got. 80g/mięso drobiowe, jaja, sól, pieprz, bułka-pszemica/, sos</u> <u>pietruszkowy 100ml/śmietana-mleko,, sól, pietruszka, marchew, pieprz czarny, mąka pszenna,</u> <u>olej rzepakowy,/, ziemniaki 120g /ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko,/, marchewka z</u> <u>jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłko,/, kompot wielowocowy 250ml./cukier 2g, truskawki,</u> <u>jabłka, porzeczka/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g,/żyto, pszenica/, masło roślinne 15G/ mleko /, parówka</u> <u>1szt/55g/soja/, pomidor 30g, ketchup 15g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u>	
Wartości odżywcze: E: 1609,1kcal ; Białko ogółem 48,4, T: 58,0g,; W: 229,8; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 18,1g, Sód 4630,8mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>płatki owsiane na mleku</u> 300ml / <u>owies, mleko</u> /, <u>pasta z ciecierzycy</u> 100g/ciecierzycza, marchew, seler , olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, <u>pomidor</u> 60g, <u>kiełki</u> 10g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/
II Śniadanie	<u>chrupki kukurydzyne</u> 20g
Obiad	<u>Zupa krupnik</u> 400ml/ <u>kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko ., ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/ <u>pulpet got.</u> 100g/mięso drobiowe, jaja , sól, pieprz, <u>bułka-pszenna</u> /, <u>sos pietruszkowy</u> 150ml/ <u>śmietana-mleko</u> ., sól, pietruszka, marchew, pieprz czarny, mąka pszenna , olej rzepakowy,/, <u>ziemniaki</u> 200g /ziemniaki, sól, jogurt nat.- mleko ./, <u>marchewka z jabłkiem</u> 150g/marchew, cukier, jabłko,/, <u>kompot wielowocowy</u> 250ml./cukier 2g, truskawki, jabłka, porzeczka/
Podwieczorek	<u>Sok pomidorowy</u> 150ml
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ <u>mleko</u> /, <u>parówka</u> 2szt/110g// <u>soja</u> /, <u>pasta z brokuła i jajka</u> 50g/brokul, sól, pieprz, <u>jajko</u> / <u>pomidor</u> 60g, <u>ketchup</u> 15g <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 3282,2kcal ; Białko ogółem 101,8, T: 111,5g,; W: 486,9; Błonnik 35,3g; kw. tłuszczowe nasycone 43,7g, Sód 7022,0mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>płatki owsiane na mleku</u> 300ml / <u>owies, mleko</u> /, <u>pasta z ciecierzycy</u> 50g/ciecierzycza, marchew, seler , olej rzepakowy, koper, sól, pieprz/, <u>pomidor</u> 60g, <u>kiełki</u> 10g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/
Obiad	<u>Zupa krupnik</u> 400ml/ <u>kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko ., ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>placki ziemniaczane smażone</u> 200g/ziemniaki, jaja , mąka pszenna , olej rzepakowy, cebula, sól, pieprz/, <u>śmietana</u> 100ml/ <u>mleko</u> / <u>kompot wielowocowy</u> 250ml./cukier2g, truskawki, jabłka, porzeczka/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>ser żółty</u> 50g./ <u>mleko</u> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2450,9kcal ; Białko ogółem 68,3, T: 99,2g,; W: 329,9; Błonnik 24,2g; kw. tłuszczowe nasycone 46,0g, Sód 3702,9mg	

**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.*