

## JADŁOSPIS NA DZIEŃ 26.04.2026 - niedziela

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

### *Dieta ogólna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, ser żółty50g/mleko/, połędwica dr30g/soja/,pomidor60g kakao250ml, /kakao, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	Gruszka 1szt/130g/
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/ makaron-<b>pszenica, jaja, seler,</b> , pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, <b>kotlet schabowy smażony100g/jajko,</b> bułka tarta-<b>pszenica,</b>mąka <b>pszenna,</b> schab, olej rzepakowy, sól, pieprz czarny, /, <b>ziemniaki200g/jogurt Nat-mleko,</b> ziemniaki, sól/, <u>surówka z kapusty białej150g/kapusta biała, olej rzepakowy, sól, pieprz, ocet, marchew, cebula,/, <b>kompot wieloowocowy250ml,/,</b> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, parówka2szt/110g//soja/, pomidor60g, ketchup20g <b>herbata 250ml,herbata czarna,</b> cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2423,4kcal ; Białko ogółem 88,7, T: 109,5g,; W: 279,9; Błonnik 20,0g; kw. tłuszczowe nasycone 43,9g, Sód 5381,9mg	

### *Dieta lekkostrawna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko /,połędwica z warzywami45g/soja/, pomidor60g, kakao250ml,/kakao, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-<b>pszenica, jaja, seler,</b> , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, bitka gotowana 70g/ schab, pieprz czarny, sól/ <b>w sosie kopekowym150ml/śmietana-mleko,,</b> mąka <b>pszenna,</b> olej rzepakowy, pietruszka, koper, pieprz czarny, sól, marchew, /, <b>ziemniaki200g/jogurt Nat-mleko,,</b> ziemniaki, sól/, <u>marchewka z jabłkiem150g,/marchew, jabłka, cukier/ <b>kompot250ml,/,</b> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15G/mleko/, parówka2szt/110g//soja/, pomidor60g, ketchup20g <b>herbata250ml,herbata czarna,</b> cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2609,9kcal ; Białko ogółem 84,8, T: 87,0g,; W: 388,3; Błonnik 21,6g; kw. tłuszczowe nasycone 35,9g, Sód 6420,2mg	

### *Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko /,połędwica z warzywami45g/soja/, pomidor60g, kakao250ml,/kakao, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>Soczek owocowy200ml</u>
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-<b>pszenica, jaja, seler,</b> , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziołowy, sól, por/, bitka gotowana 70g/ schab, pieprz czarny, sól/ <b>w sosie kopekowym150ml/śmietana-mleko,,</b> mąka <b>pszenna,</b> olej rzepakowy, pietruszka, koper, pieprz czarny, sól, marchew, /, <b>ziemniaki200g/jogurt Nat-mleko,,</b> ziemniaki, sól/, <u>marchewka z jabłkiem150g,/marchew, jabłka, cukier/ <b>kompot250ml,/,</b> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>ciasteczka kruche30g /<b>pszenica, jaja/</b></u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15G/mleko/, parówka2szt/110g//soja/, pomidor60g, ketchup20g <b>herbata250ml,herbata czarna,</b> cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2760,3kcal ; Białko ogółem 87,2, T: 90,5g,; W: 420,9; Błonnik 22,0g; kw. tłuszczowe nasycone 37,5g, Sód 6423,5mg	

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, masło roślinne 15g/ <u>mleko</u> /, polędwica z warzywami 45g/ <u>soja</u> /, pomidor 60g, kakao 250ml, /kakao, <b>mleko</b> , cukier 10g/
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem 400ml/makaron- <b>pszenica, jaja, seler</b> , , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/, bitka gotowana 70g/ schab, pieprz czarny, sól/ w sosie kopekowym 150ml/ <u>śmietana-mleko</u> ,, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pietruszka, koper, pieprz czarny, sól, marchew, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt Nat-mleko</u> ,, ziemniaki, sól/, marchewka z jabłkiem 150g, /marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot 250ml</u> ./ cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
<b>Kolacja</b>	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, masło roślinne 15G/ <u>mleko</u> /, parówka 1 szt/55g// <u>soja</u> /, pasta z brokuła i jajka 50g/ <b>jaja</b> , jogurt nat.- <b>mleko</b> , sól, pieprz, brokuł/ <u>pomidor 60g</u> , ketchup 20g <u>herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier 10g/
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2396,3kcal ; Białko ogółem 81,2, T: 65,2g,; W: 387,1; Błonnik 22,1g; kw. tłuszczowe nasycone 19,5g, Sód 6535,8mg	

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica</u> /, masło prawdziwe 15g/ <u>mleko</u> /, polędwica z warzywami 45g/ <u>soja</u> /, pomidor 60g, kakao 250ml, /kakao, <b>mleko</b> , /	8
<b>II Śniadanie</b>	Kefir 150ml/ <u>mleko</u> /	0,7
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem 400ml/makaron- <b>pszenica, jaja, seler</b> , , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/, bitka gotowana 70g/ schab, pieprz czarny, sól/ w sosie kopekowym 150ml/ <u>śmietana-mleko</u> ,, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pietruszka, koper, pieprz czarny, sól, marchew, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt Nat-mleko</u> ,, <u>ziemniaki, sól</u> /, marchewka z jabłkiem 150g, /marchew, jabłka, / <u>kompot 250ml</u> ./ jabłka, porzeczka, truskawki/	11
<b>Podwieczorek</b>	Ciasteczka b/c 30g/ <b>pszenica, jaja</b> /	2
<b>Kolacja</b>	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/ <u>żyto, pszenica</u> /, masło prawdziwe. 15G/ <u>mleko</u> /, parówka 2szt/110g// <u>soja</u> /, pomidor 60g, ketchup 20g <u>herbata 250ml</u> ./herbata czarna, /	7
<b>RAZEM</b>		29
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2283,2kcal ; Białko ogółem 80,6, T: 91,3g,; W: 291,7; Błonnik 28,8g; kw. tłuszczowe nasycone 37,6g, Sód 6002,7mg		

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica</u> /, masło roślinne 15g/ <u>mleko</u> /, polędwica z warzywami 45g/ <u>soja</u> /, pomidor 30g, kakao 250ml, /kakao, <b>mleko</b> , cukier 10g/	
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem 250ml/makaron- <b>pszenica, jaja, seler</b> , , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/, bitka gotowana 50g/ schab, pieprz czarny, sól/ w sosie kopekowym 100ml/ <u>śmietana-mleko</u> ,, mąka <b>pszenna</b> , olej rzepakowy, pietruszka, koper, pieprz czarny, sól, marchew, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt Nat-mleko</u> ,, <u>ziemniaki, sól</u> /, marchewka z jabłkiem 150g, /marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot 250ml</u> ./ cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/	
<b>Kolacja</b>	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/ <u>żyto, pszenica</u> /, masło roślinne 15G/ <u>mleko</u> /, parówka 1 szt/55g// <u>soja</u> /, pomidor 30g, ketchup 20g <u>herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier 10g/	
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 1539,3kcal ; Białko ogółem 51,7, T: 53,8g,; W: 218,0; Błonnik 19,1g; kw. tłuszczowe nasycone 16,8g, Sód 4697,2mg		

### ***Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa***

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko /,połędwica z warzywami90g/soja/, pomidor60g, kakao250ml,/kakao, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>Kefir150ml/mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/makaron-<b>pszenica, jaja, seler</b>, , pietruszka, pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/, bitka gotowana 70g/ schab, pieprz czarny, sól/ w sosie kopekowym150ml/śmietana-<b>mleko</b>,, mąka <b>pszenna</b>, olej rzepakowy, pietruszka, koper, pieprz czarny, sól, marchew, /, ziemniaki200g/jogurt Nat-<b>mleko</b>,, ziemniaki, sól/, marchewka z jabłkiem150g./marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot250ml./</u> cukier2g, jabłka, porzeczk, truskawki/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>ciasteczka kruche30g /<b>pszenica, jaja</b>/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe.15G/mleko/, parówka2szt/110g//soja/, ser żółty30g/mleko/, pomidor60g, ketchup20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2984,4kcal ; Białko ogółem 105,0, T: 107,4g,; W: 420,3; Błonnik 21,8g; kw. tłuszczowe nasycone 46,9g, Sód 7493,5mg	

### ***Dieta wegetariańska***

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko /, ser żółty50g /mleko/, pomidor60g, kakao250ml,/kakao, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Rosół z makaronem400ml/ makaron-<b>pszenica, jaja, seler</b>, , pietruszka, , pieprz czarny, marchew, pieprz ziółowy, sól, por/ <u>kotlet sojowy smażony100g/olej rzepakowy, sól, mąka <b>pszenna</b>, pieprz czarny, kotlet <b>sojowy</b>/,ziemniaki200g/jogurt Nat-<b>mleko</b>,, ziemniaki, sól/.,surówka z kapusty białej150g/kapusta biała, olej rzepakowy, sól, pieprz, ocet, marchew, cebula/, <u>kompot wieloowocowy250ml./</u>, cukier2g, jabłka, porzeczk, truskawki/</u></u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko/, paprykarz50g/<b>ryba i produkty pochodne</b>/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2238,3kcal ; Białko ogółem 108,4, T: 68,7g,; W: 307,1; Błonnik 40,0g; kw. tłuszczowe nasycone 32,1g, Sód 4705,5mg	

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

*\*dokładny skład produktów nie sporządzonych na kuchni(m.in., wędlin, dżemów, kielbas, pasztetów, serów, pieczywa,masła, smarowania,kawy) można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.*