

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 27.04.2026 poniedziałek

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

## *Dieta ogólna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto,pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko /, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko/, poledwica z warzywami45g/soja/, sałata20g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml. /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	<u>Jogurt owocowy1szt/200ml//mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa grochowa400ml/majeranek, sól, marchew, , seler, por, pieprz ziołowy, ziele angielskie, mąka pszena, olej rzepakowy, cebula, groch, liść laurowy, pieprz czarny, ziemniaki, pietruszka/,potrawka z kurczaka duszona150g/pietruszka, seler, sól, mąka pszena, olej rzepakowy, śmietana-mleko,, por, pieprz czarny, marchew, kurczak, ,/ ryż200g/ryż, sól/ marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłka, cukier, olej rzepakowy/,napój wieloowocowy250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto,pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z ryby z warzywami50g/ser biały-mleko,, sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, pomidor60g, kiełki10g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2325,0kcal ; Białko ogółem 84,8, T: 68,8g,; W: 356,9; Błonnik 30,3g; kw. tłuszczowe nasycone 31,2g, Sód 5654,1mg	

## *Dieta lekkostrawna*

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko /, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko/, poledwica z warzywami45g/soja/, sałata20g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml. /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/kalafior, olej rzepakowy, majeranek, pietruszka, pieprz ziołowy, seler, liść laurowy, ziemniaki, śmietana-mleko,, pieprz czarny, sól, mąka pszena/, .potrawka z kurczaka duszona150g/pietruszka, seler, sól, mąka pszena, olej rzepakowy, śmietana-mleko, por, pieprz czarny, marchew, kurczak, ,/ ryż200g/ryż, sól/ sałata z oliwą100g./cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/ napój wieloowocowy250ml. /cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z ryby z warzywami50g/ser biały-mleko,, sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, pomidor60g, kiełki10g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2720,1kcal ; Białko ogółem 88,6, T: 76,3g,; W: 433,3; Błonnik 21,5g; kw. tłuszczowe nasycone 32,3g, Sód 6190,6mg	

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko /, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko/, poledwica z warzywami45g/soja/, sałata20g, jabłko gotowane1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń200g /mleko, budyń, cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/kalafior, olej rzepakowy, majeranek, pietruszka, pieprz ziołowy, seler, liść laurowy, ziemniaki, śmietana-mleko,, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, .potrawka z kurczaka duszona150g/pietruszka, seler, sól, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana-mleko, por, pieprz czarny, marchew, kurczak, /, ryż200g/ryż, sól/ sałata z oliwą100g./cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/ napój wieloowocowy250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z ryby z warzywami50g/ser biały-mleko,, sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, pomidor60g, kiełki10g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2720,1kcal ; Białko ogółem 88,6, T: 76,3g.; W: 433,3; Błonnik 21,5g; kw. tłuszczowe nasycone 32,3g, Sód 6190,6mg	

### ***Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu***

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/., masło roślinne15g/mleko /, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko/, poledwica z warzywami45g/soja/, sałata20g, jabłko gotowane1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/kalafior, olej rzepakowy, majeranek, pietruszka, pieprz ziołowy, seler, liść laurowy, ziemniaki, śmietana-mleko,, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, .potrawka z kurczaka duszona150g/pietruszka, seler, sól, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana-mleko, por, pieprz czarny, marchew, kurczak, /, ryż200g/ryż, sól/ sałata z oliwą100g./cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/ napój wieloowocowy250ml, /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto,pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, pasta z ryby z warzywami50g/ser biały-mleko,, sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, pomidor60g, kiełki10g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2626,9kcal ; Białko ogółem 88,4, T: 66,0g.; W: 433,0; Błonnik 21,5g; kw. tłuszczowe nasycone 19,7g, Sód 6207,1mg	

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto,pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko /, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko/, polędwica z warzywami45g/soja/, sałata20g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	12
<b>II Śniadanie</b>	<u>Budyń b/c200ml/mleko/</u>	0,3
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa400ml/kalafior, olej rzepakowy, majeranek, pietruszka, pieprz ziołowy, seler, liść laurowy, ziemniaki, śmietana-mleko,, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, ,potrawka z kurczaka duszona150g/pietruszka, seler, sól, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana-mleko, por, pieprz czarny, marchew, kurczak, ,/, ryż200g/ryż, sól/ sałata z oliwą100g./cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/ napój wieloowocowy250ml. / jabłka, porzeczka, truskawki/</u>	12
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>	2
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto,pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z ryby z warzywami50g/ser biały-mleko,, sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, pomidor60g, kiełki10g herbata 250ml./herbata czarna, /</u>	6
	<b>RAZEM</b>	32
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2282,1kcal ; Białko ogółem 79,2, T: 74,8g,; W: 327,1; Błonnik 26,1g; kw. tłuszczowe nasycone 32,1g, Sód 5718,1mg		

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto,pszenica/., masło roślinne15g/mleko /, polędwica z warzywami45g/soja/, sałata20g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa250ml/kalafior, olej rzepakowy, majeranek, pietruszka, pieprz ziołowy, seler, liść laurowy, ziemniaki, śmietana-mleko,, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, ,potrawka z kurczaka duszona150g/pietruszka, seler, sól, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana-mleko, por, pieprz czarny, marchew, kurczak, ,/, ryż200g/ryż, sól/ sałata z oliwą100g./cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/ napój wieloowocowy250ml. /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto,pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, pasta z ryby z warzywami50g/ser biały-mleko,, sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, pomidor60g, kiełki10g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 1589,9kcal ; Białko ogółem 57,8, T: 51,3g,; W: 226,9; Błonnik 17,4g; kw. tłuszczowe nasycone 13,9g, Sód 4899,2mg	

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <b>mleko</b> /, <u>płatki kukurydziane na mleku</u> 300ml/ <b>pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko</b> /, <u>połudwica z warzywami</u> 90g/ <b>soja</b> /, <u>sałata</u> 20g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <b>żyto, jęczmień, mleko, cukier</b> 10g/
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń</u> 200g / <b>mleko, budyń, cukier</b> /
<b>Obiad</b>	<u>Zupa kalafiorowa</u> 400ml/ <u>kalafior, olej rzepakowy, majeranek, pietruszka, pieprz ziołowy, seler, liść laurowy, ziemniaki, śmietana</u> - <b>mleko</b> ,, <u>pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, <u>potrawka z kurczaka duszona</u>150g/<u>pietruszka, seler, sól, mąka pszenna, olej rzepakowy, śmietana</u>-<b>mleko</b>, <u>por, pieprz czarny, marchew, kurczak, /, ryż</u>200g/<u>ryż, sól/ sałata z oliwą</u>100g./<u>cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/ napój wieloowocowy</u>250ml, /<u>cukier</u>2g, <u>jabłka, porzeczka, truskawki</u>/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe</u> 30g/ <b>sezam</b> /
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <b>mleko</b> /, <u>pasta z ryby z warzywami</u> 100g/ <u>ser biały</u> - <b>mleko</b> ,, <u>sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, <u>pomidor</u>60g, <u>kiełki</u>10g <u>herbata</u> 250ml./<u>herbata czarna, cukier</u>10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3097,1kcal ; Białko ogółem 108,3, T: 90,3g.; W: 475,8; Błonnik 23,8g; kw. tłuszczowe nasycone 38,7g, Sód 7854,4mg	

### **Dieta wegetariańska**

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <b>mleko</b> /, <u>płatki kukurydziane na mleku</u> 300ml/ <b>pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja mleko</b> /, <u>paszтет sojowy</u> 50g/ <b>soja</b> /, <u>sałata</u> 20g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa - <b>żyto, jęczmień, mleko, cukier</b> 10g/
<b>Obiad</b>	<u>Zupa grochowa</u> 400ml/ <u>majeranek, sól, marchew, , seler, por, pieprz ziołowy, ziele angielskie, mąka pszenna, olej rzepakowy, cebula, groch, liść laurowy, pieprz czarny, ziemniaki, pietruszka</u> /, <u>ryż</u> 200g/ <u>ryż, sól/ warzywa</u> 150g/ <u>marchew, seler, pietruszka, pieczarka, kalafior, brokuł, /, napój wieloowocowy</u> 250ml./, <u>cukier</u> 2g, <u>jabłka, porzeczka, truskawki</u> /
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <b>mleko</b> /, <u>pasta z ryby z warzywami</u> 50g/ <u>ser biały</u> - <b>mleko</b> ,, <u>sól, pieprz czarny, marchew, seler, cebula, ryba- mintaj/, <u>pomidor</u>60g, <u>kiełki</u>10g, <u>herbata</u> 250ml./<u>herbata czarna, cukier</u>10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2114,7kcal ; Białko ogółem 64,0, T: 61,5g.; W: 341,0; Błonnik 29,3g; kw. tłuszczowe nasycone 27,4g, Sód 3325,6mg	

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

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