

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 28.04.2026 - wtorek

Dla szpitala psychiatrycznego: masło20g, pieczywo150g, zupa mleczna400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki250g

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, ryż na mleku300ml, ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, sól, pieprz, kefir-mleko, koper/, sałata20g, rzodkiewka45g kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g /</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>Banan1 szt</u>
Obiad	<u>Zupa pomidorowa z makaronem400ml/pieprz czarny, śmietana-mleko, sól, , seler, por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron-pszenica, jaja, olej rzepakowy/, wątróbka z cebulką smażona100g/wątróbka drobiowa, sól, pieprz, cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna./, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, surówka z kiszonej kapusty150g/kiszona, kapusta , marchew, pieprz, cukier, olej rzepakowy./ <u>kompot wieloowocowy250ml. /, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja, jaja/, buraki gotowane50g, jabłko1szt /100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2276,2kcal ; Białko ogółem 86,1, T: 75,9g,; W: 321,9; Błonnik 23,1g;
kw. tłuszczowe nasycone 31,9g, Sód 4782,9mg

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, ryż na mleku300ml , ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, sól, pieprz, kefir-mleko, koper/, sałata20g,pomidor60g, kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g /</u>
Obiad	<u>Zupa pomidorowa z makaronem400ml/pieprz czarny, śmietana-mleko, sól, , seler, por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron-pszenica, jaja, olej rzepakowy/ pulpet got100g/mięso gulaszowe dr., jaja, bułka -pszenica, sól, pieprz, /, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, szpinak100g/szpinak śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ <u>kompot wieloowocowy250ml, /, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/soja, jaja/, buraki gotowane50g, jabłko1szt /100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2731,5kcal ; Białko ogółem 93,8, T: 75,5g,; W: 435,9; Błonnik 23,0g;
kw. tłuszczowe nasycone 33,8g, Sód 5696,6mg

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g./ żyto, pszenica /, masło prawdziwe 15g/ mleko /, <u>ryż na mleku 300ml</u> , <u>ser biały z koperkiem 50g/ser biały-mleko</u> , sól, pieprz, kefir- mleko , koper/, <u>sałata 20g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml</u> ,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier 10g /
II Śniadanie	kisiel 200ml
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml/pieprz czarny, śmietana- mleko , sól, , seler , por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron- pszenica, jaja , olej rzepakowy/ <u>pulpet got 100g/mięso gulaszowe dr., jaja</u> , bułka - pszenica , sól, pieprz, /, <u>sos śmietanowy 150ml/marchew, mąka pszenna</u> , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>szpinak 100g/szpinak śmietana-mleko</u> , mąka pszenna , sól/ <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> , /, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Podwieczorek	Sok pomidorowy 150ml,
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g./ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko</u> /, pasztet dr. 50g/ soja, jaja /, <u>buraki gotowane 50g, jabłko gotowane 1szt /100g/ herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier 10g/
Wartości odżywcze: E: 2789,9kcal ; Białko ogółem 94,4, T: 75,8g; W: 449,5; Błonnik 23,6g; kw. tłuszczowe nasycone 33,9g, Sód 5809,2mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g./ żyto, pszenica /, masło roślinne 15g/ mleko /, <u>ryż na mleku 300ml</u> , <u>ser biały z koperkiem 50g/ser biały-mleko</u> , sól, pieprz, kefir- mleko , koper/, <u>sałata 20g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml</u> ,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier 10g /
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml/pieprz czarny, śmietana- mleko , sól, , seler , por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron- pszenica, jaja , olej rzepakowy/ <u>pulpet got 100g/mięso gulaszowe dr., jaja</u> , bułka - pszenica , sól, pieprz, /, <u>sos śmietanowy 150ml/marchew, mąka pszenna</u> , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>szpinak 100g/szpinak śmietana-mleko</u> , mąka pszenna , sól/ <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> , /, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g./ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko</u> /, pasztet dr. 50g/ soja, jaja /, <u>buraki gotowane 50g, jabłko gotowane 1szt /100g/ herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier 10g/
Wartości odżywcze: E: 2638,4kcal ; Białko ogółem 93,6, T: 65,1g; W: 435,7; Błonnik 23,0g; kw. tłuszczowe nasycone 21,2g, Sód 5713,1mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajanych węglowodanów

		WW
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, ryż na mleku 300ml , ser biały z koperkiem 50g/ser biały-mleko, sól, pieprz, kefir-mleko, koper/, sałata 20g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /	11
II Śniadanie	kisiel 200ml	0,3
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml/pieprz czarny, śmietana-mleko, sól, , seler, por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron-pszenica, jaja, olej rzepakowy/ pulpet got 100g/mięso gulaszowe dr., jaja, bułka -pszenica, sól, pieprz, /, sos śmietanowy 150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/ szpinak 100g/szpinak śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy 250ml, / jabłka, porzeczka, truskawki/	12
Podwieczorek	Sok pomidorowy 150ml	0,2
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, pasztet dr. 50g/soja, jaja/, buraki gotowane 50g, jabłko 1 szt /100g/ herbata 250ml./herbata czarna, /	7
RAZEM		31
Wartości odżywcze: E: 2177,3kcal ; Białko ogółem 87,9, T: 72,9g.; W: 306,2; Błonnik 23,6g; kw. tłuszczowe nasycone 33,9g, Sód 5809,2mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g./żyto, pszenica/, masło roślinne 15g/ mleko /, ser biały z koperkiem 50g/ser biały-mleko, sól, pieprz, kefir-mleko, koper/, sałata 20g, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml./kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g /
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml/pieprz czarny, śmietana-mleko, sól, , seler, por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron-pszenica, jaja, olej rzepakowy/ pulpet got 80g/mięso gulaszowe dr., jaja, bułka -pszenica, sól, pieprz, /, sos śmietanowy 100ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/ szpinak 100g/szpinak śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy 250ml, /, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g./żyto, pszenica/, masło roślinne 15g/ mleko /, pasztet dr. 50g/soja, jaja/, buraki gotowane 50g, jabłko 1 szt /100g/ herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/
Wartości odżywcze: E: 1590,8kcal ; Białko ogółem 55,6, T: 52,6g.; W: 230,8; Błonnik 20,5g; kw. tłuszczowe nasycone 17,1g, Sód 4551,2mg	

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, ryż na mleku300ml</u> , <u>ser biały z koperkiem100g/ser biały-mleko</u> , sól, pieprz, kefir-mleko, koper/, <u>sałata20g,pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g /</u>
II Śniadanie	<u>kisiel200ml</u>
Obiad	<u>Zupa pomidorowa z makaronem400ml/pieprz czarny, śmietana-mleko, sól, , seler, por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron-pszenica, jaja, olej rzepakowy/ pulpet got100g/mięso gulaszowe dr., jaja, bułka -pszenica, sól, pieprz, /, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/,</u> <u>szpinak100g/szpinak śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml, /,</u> <u>cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Podwieczorek	<u>Sok pomidorowy150ml,</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/soja, jaja/, polędwica30g/soja/ buraki gotowane50g, jabłko1szt /100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2886,1kcal ; Białko ogółem 110,1, T: 78,5g,; W: 451,9; Błonnik 23,8g; kw. tłuszczowe nasycone 35,4g, Sód 6447,7mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, ryż na mleku300ml</u> , <u>ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko</u> , sól, pieprz, kefir-mleko, koper/, <u>sałata20g, rzodkiewka45g kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g /</u>
Obiad	<u>Zupa pomidorowa z makaronem400ml/pieprz czarny, śmietana-mleko, sól, , seler, por, pietruszka, marchew, konc.pom., makaron-pszenica, jaja, olej rzepakowy, naleśniki smażone2szt/mleko, mąka pszenna, jajko, olej rzepakowy, ser biały-mleko, dżem/, sos truskawkowy150ml./truskawki, śmietana-mleko, cukier/ kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g./żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko / kabanoski roślinne50/soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2358,4kcal ; Białko ogółem 67,5, T: 81,3g,; W: 345,7; Błonnik 18,8g; kw. tłuszczowe nasycone 35,7g, Sód 2547,3mg	

***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.**