

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 29.04.2026 - środa

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaj01szt, poledwica z kurczaka30g/soja/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>Soczek owocowy1szt/200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały400ml/ mąka pszena, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/, kotlet mielony smażony 100g /sól, pieprz czarny, majeranek, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, bułka- pszenica, cebula, jaja, / ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, fasolka szparagowa100g/fasolka, sól, bułka tarta-pszenica, margaryna-mleko, olej rzepakowy/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier2gr, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g./ mleko /, mielonka tyrolska45g//soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2351,4kcal ; Białko ogółem 79,5, T: 105,2g.; W: 307,2; Błonnik 23,5g; kw. tłuszczowe nasycone 39,1g, Sód 4843,5mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaj0 1szt, poledwica z kurczka30g/soja/ pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 400m/ mąka pszena, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/ bitka got.70g/schab, pieprz czarny, , sól/ sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszena/, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, brokuł100g/brokuł, sól/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g./ mleko /, mielonka tyrolska45g//soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2607,5kcal ; Białko ogółem 97,7, T: 83,3g.; W: 409,6; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 35,8g, Sód 6312,3mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaj0 1szt, poledwica z kurczka30g/soja/ pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Jogurt owocowy1szt/150g/mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 400m/ mąka pszena, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/ bitka got.70g/schab, pieprz czarny, , sól/ sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszena/, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, brokuł100g/brokuł, sól/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Podwieczorek	<u>Chrupki kukurydzian20g</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g./ mleko /, mielonka tyrolska45g//soja/, pomidor60g, jabłko gotowane1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2703,5kcal ; Białko ogółem 100,0, T: 83,9g.; W: 429,6; Błonnik 25,0g; kw. tłuszczowe nasycone 35,8g, Sód 6312,6mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaja 1szt, poledwica z kurczka30g/soja/ pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 400m/ mąka pszena, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/ bitka got.70g/schab, pieprz czarny, , sól/ sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszena/, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, brokuł100g/brokuł, sól/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g./ mleko /, szynka drobiowa45g//soja/, pomidor60g, jabłko gotowane1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2553,2kcal ; Białko ogółem 99,4, T: 65,7g;; W: 407,4; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 19,8g, Sód 6610,1mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaja 1szt, poledwica z kurczka30g/soja/ pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	10
II Śniadanie	<u>Jogurt nat.1szt/120g/mleko/</u>	1
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 400m/ mąka pszena, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/ bitka got.70g/schab, pieprz czarny, , sól/ sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszena/, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, brokuł100g/brokuł, sól/, kompot wieloowocowy250ml./ jabłka, porzeczka, truskawki/</u>	10
Podwieczorek	<u>Chrupki kukurydziane20g</u>	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g./ mleko /, mielonka tyrolska45g//soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, /</u>	7
RAZEM		30
Wartości odżywcze: E: 2239,4kcal ; Białko ogółem 95,2, T: 84,7g;; W: 307,5; Błonnik 28,4g; kw. tłuszczowe nasycone 37,4g, Sód 5952,9mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/ mleko /, , jaja 1szt, poledwica z kurczka30g/soja/ pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 250m/ mąka pszena, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/ bitka got.70g/schab, pieprz czarny, , sól/ sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszena/, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, brokuł100g/brokuł, sól/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g./ mleko /, mielonka tyrolska45g//soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 1522,2kcal ; Białko ogółem 66,9, T: 59,1g;; W: 215,2; Błonnik 20,7g; kw. tłuszczowe nasycone 17,6g, Sód 5068,8mg	

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/ bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaja 1szt, polędwica z kurczka45g/soja/ pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Jogurt owocowy1szt/150g//mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 400m/ mąka pszenna, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/ bitka got.70g/schab, pieprz czarny, , sól/ <u>sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, , sól, pietruszka, olej rzepakowy, marchew, mąka pszenna/, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, brokuł100g/brokuł, sól/, <u>kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u></u>
Podwieczorek	<u>Chrupki kukurydzian20g</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g./ mleko /, <u>mielonka tyrolska90g//soja/</u>, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2716,8kcal ; Białko ogółem 108,9, T: 92,1g,; W: 431,7; Błonnik 25,0g; kw. tłuszczowe nasycone 39,5g, Sód 6415,1mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko /, jaja2szt, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa barszcz biały 400m/ mąka pszenna, ziele angielskie, śmietana-mleko, pietruszka, sól, seler, liść laurowy, por, ziemniaki, majeranek, marchew, pieprz czarny, olej rzepakowy, pieprz ziołowy/, <u>placki ziemniaczane smażone200g/ziemniaki, jaja, mąka pszenna, olej rzepakowy, cebula, sól, pieprz czarny./, jogurt nat.100ml/mleko/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u></u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g./ mleko /, <u>hummus50g, pomidor60g jabłko1szt/100g/ herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u></u>
Wartości odżywcze: E: 2271,7kcal ; Białko ogółem 63,8, T: 89,9g,; W: 306,6; Błonnik 19,6g; kw. tłuszczowe nasycone 31,8g, Sód 3027,3mg	

****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.***