

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.05.2026 – piątek

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

Dieta ogólna

| | |
|---|---|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno- żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, ser żółty50g/mleko/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> |
| II Śniadanie Dzieci | <u>wafelek1szt/pszenica/</u> |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony400ml/koper, buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana-mleko, kwasek cytrynowy, cukier, pieprz ziołowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka pszena, sól, seler, ziele angielskie/, kotlet rybny pieczony100g/ryba-mintaj,jajka, bułka tarta-pszenica,sól, pieprz, olej rzepakowy/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, surówka z marchewki i jabłka150g./marchew, jabłka, cukier/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u> |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z jaj70g/jaja, majonez-jaja, gorczyca, sól, pieprz, koper/, sałata20g, pomidor60g herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u> |
| Wartości odżywcze: E: 2020,3kcal ; Białko ogółem 69,7, T: 64,9g,; W: 300,2; Błonnik 23,8g; kw. tłuszczowe nasycone 33,7g, Sód 4762,5mg | |

Dieta lekkostrawna

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, koper, sól, pieprz/, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony400ml/koper, buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana-mleko, kwasek cytrynowy, cukier, pieprz ziołowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka pszena, sól, seler, ziele angielskie/, pulpet rybny got.100g/ryba-mintaj, sól, pieprz, jaja, bułka-pszenica/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy150ml/mąka pszena, śmietana-mleko, sól, pieprz, marchew, seler, pietruszka/,surówka z marchewki i jabłka150g./marchew, jabłka, cukier/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u> |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z jaj50g/jaja, jogurt nat.-mleko, sól, pieprz, koper/, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u> |
| Wartości odżywcze: E: 2425,6kcal ; Białko ogółem 80,7, T: 66,3g,; W: 395,1; Błonnik 24,2g; kw. tłuszczowe nasycone 28,5g, Sód 5242,1mg | |

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka</u> 2sz/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>ser biały z koperkiem</u> 50g/ <u>ser biały-mleko</u> , koper, sól, pieprz/, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier10g/ |
| II Śniadanie | <u>kisiel</u> 200g/ <u>kisiel</u> , cukier/ |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony</u> 400ml/ <u>koper</u> , buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana- <u>mleko</u> , kwasek cytrynowy, cukier, pieprz ziołowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , sól, <u>seler</u> , ziele angielskie/, <u>pulpet rybny got.</u> 100g/ <u>ryba</u> -mintaj, sól, pieprz, jaja, bułka- <u>pszenica</u> /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- <u>mleko</u> /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/ <u>mąka pszenna</u> , śmietana- <u>mleko</u> , sól, pieprz, marchew, <u>seler</u> , pietruszka/, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g./marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/ |
| Podwieczorek | <u>wafle ryżowe</u> 30g / <u>sezam</u> / |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>pasta z jaj</u> 50g/ <u>jaja</u> , jogurt nat.- <u>mleko</u> , sól, pieprz, koper/, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>herbata</u> 250ml, /herbata czarna, cukier10g/ |
| Wartości odżywcze: E: 2591,0kcal ; Białko ogółem 83,3, T: 67,4g,; W: 431,4; Błonnik 25,4g; kw. tłuszczowe nasycone 28,8g, Sód 5258,2mg | |

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

| | |
|---|--|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka</u> 2sz/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>ser biały z koperkiem</u> 50g/ <u>ser biały-mleko</u> , koper, sól, pieprz/, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier10g/ |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony</u> 400ml/ <u>koper</u> , buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana- <u>mleko</u> , kwasek cytrynowy, cukier, pieprz ziołowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , sól, <u>seler</u> , ziele angielskie/, <u>pulpet rybny got.</u> 100g/ <u>ryba</u> -mintaj, sól, pieprz, jaja, bułka- <u>pszenica</u> /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- <u>mleko</u> /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/ <u>mąka pszenna</u> , śmietana- <u>mleko</u> , sól, pieprz, marchew, <u>seler</u> , pietruszka/, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g./marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/ |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> ./, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>pasta z jaj</u> 50g/ <u>jaja</u> , jogurt nat.- <u>mleko</u> , sól, pieprz, koper/, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>herbata</u> 250ml, /herbata czarna, cukier10g/ |
| Wartości odżywcze: E: 2332,5kcal ; Białko ogółem 80,5, T: 56,0g,; W: 394,9; Błonnik 24,2g; kw. tłuszczowe nasycone 15,9g, Sód 5242,1mg | |

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

| | | WW |
|---|--|-----|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, koper, sól, pieprz/, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u> | 8 |
| II Śniadanie | <u>kisiel b/c200g</u> | 0,2 |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony400ml/koper, buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana-mleko, kwas cytrynowy, cukier, pieprz ziółowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka pszena, sól, seler, ziele angielskie/, pulpet rybny got.100g/ryba-mintaj, sól, pieprz, jaja, bułka-pszenica/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy150ml/mąka pszena, śmietana-mleko, sól, pieprz, marchew, seler, pietruszka/, surówka z marchewki i jabłka150g./marchew, jabłka, /kompot wieloowocowy250ml./ jabłka, porzeczka, truskawki/</u> | 12 |
| Podwieczorek | <u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u> | 2 |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasta z jaj50g/jaja, jogurt nat.-mleko, sól, pieprz, koper/, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml, /herbata czarna, /</u> | 6 |
| | RAZEM | 28 |
| Wartości odżywcze: E: 2018,9kcal ; Białko ogółem 70,8, T: 64,6g,; W: 298,1; Błonnik 28,7g; kw. tłuszczowe nasycone 28,1g, Sód 4785,1mg | | |

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

| | | |
|--|--|--|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/mleko/, ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, koper, sól, pieprz/, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u> | |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony250ml/koper, buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana-mleko, kwas cytrynowy, cukier, pieprz ziółowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka pszena, sól, seler, ziele angielskie/, pulpet rybny got.80g/ryba-mintaj, sól, pieprz, jaja, bułka-pszenica/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy100ml/mąka pszena, śmietana-mleko, sól, pieprz, marchew, seler, pietruszka/, surówka z marchewki i jabłka150g./marchew, jabłka, cukier/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u> | |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, pasta z jaj50g/jaja, jogurt nat.-mleko, sól, pieprz, koper/, sałata20g, pomidor30g, herbata 250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u> | |
| Wartości odżywcze: E:1567,5kcal ; Białko ogółem 53,9, T: 52,9g,; W: 227,9; Błonnik 21,9g; kw. tłuszczowe nasycone 16,7g, Sód 4394,3mg | | |

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

| | |
|--|---|
| Śniadanie | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /., <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>ser biały z koperkiem</u> 100g/ <u>ser biały</u> - mleko , koper, sól, pieprz/, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa</u> - żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/ |
| II Śniadanie | <u>kisiel</u> 200g/kisiel, cukier/ |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony</u> 400ml/ <u>koper</u> , buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana- mleko , kwas cytrynowy, cukier, pieprz ziółowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, seler , ziele angielskie/, <u>pulpet rybny got.</u> 100g/ ryba -mintaj, sól, pieprz, jaja, bułka- pszenica /, <u>ziemniaki</u> 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat- mleko /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/ <u>mąka pszenna</u> , śmietana- mleko , sól, pieprz, marchew, seler , pietruszka/, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g./marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/ |
| Podwieczorek | <u>wafle ryżowe</u> 30g / sezam / |
| Kolacja | <u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>pasta z jaj</u> 100g/ jaja , jogurt nat- mleko , sól, pieprz, koper/, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>herbata</u> 250ml, /herbata czarna, cukier10g/ |
| Wartości odżywcze: E: 2749,3kcal ; Białko ogółem 98,3, T: 105,2g.; W: 307,2; Błonnik 23,5g; kw. tłuszczowe nasycone 39,1g, Sód 4843,5ml | |

Dieta wegetariańska

| | |
|---|---|
| Śniadanie | <u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /., <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>ser żółty</u> 50g/ mleko /, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa</u> - żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/ |
| Obiad | <u>Barszcz czerwony</u> 400ml/ <u>koper</u> , buraki, pietruszka, por, ziemniaki, liść laurowy, śmietana- mleko , kwas cytrynowy, cukier, pieprz ziółowy, pieprz czarny, marchew, majeranek, olej rzepakowy, mąka pszenna , sól, seler , ziele angielskie/, <u>kotlet rybny pieczony</u> 100g/ ryba -mintaj, jajka , bułka tarta- pszenica ,sól, pieprz, olej rzepakowy/, <u>ziemniaki</u> 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat- mleko /, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g./marchew, jabłka, cukier/ <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/ |
| Kolacja | <u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>pasta z jaj</u> 50g/ jaja , majonez- jaja , gorczyca , sól, pieprz, koper/, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g <u>herbata</u> 250ml, /herbata czarna, cukier10g/ |
| Wartości odżywcze: E: 2020,3kcal ; Białko ogółem 69,7, T: 64,9g.; W: 300,2; Błonnik 23,8g; kw. tłuszczowe nasycone 33,7g, Sód 4762,5mg | |

***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.**