

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.05.2026- sobota

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor60gkawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>banan1szt</u>
Obiad	<u>Zupa grochowa400ml/majeranek, sól, marchew, seler, por, pieprz ziołowy, ziele angielskie, mąka pszenna, olej rzepakowy, cebula, groch łuskany, liść laurowy, pieprz, ziemniaki, pietruszka/,kaszanka z cebulką pieczona150g/kaszanka-kasza jęczmienna, cebula, olej rzepakowy/, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, surówka z kiszonej kapusty150g./ kapusta kiszona, marchew, pieprz, olej rzepakowy/ napój wieloowocowy250ml./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/,masło prawdziwe15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2133,3kcal ; Białko ogółem 66,1, T: 87,0g,; W: 315,1; Błonnik 29,5g;
kw. tłuszczowe nasycone 33,6g, Sód 4845,5mg

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor60g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna./,szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, 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: 2432,6kcal ; Białko ogółem 78,8, T: 76,0g,; W: 402,9; Błonnik 24,3g;
kw. tłuszczowe nasycone 31,6g, Sód 5534,5mg

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>pasztet dr.</u> 50g/ <u>soja</u> , <u>jaja</u> /, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa-żyto, jęczmień</u> , <u>cukier</u> 10gr, <u>mleko</u> /
II Śniadanie	<u>budyń</u> 200g/ <u>budyń</u> , <u>mleko</u> , <u>cukier</u> /
Obiad	<u>Zupa selerowa</u> 400ml/ <u>pietruszka</u> , <u>marchew</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>seler</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>por</u> , <u>pietruszka</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz ziołowy</u> , <u>śmietana-mleko</u> , <u>ziele angielskie</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>majeranek</u> /, <u>pulpet gotowany</u> 100g/ <u>majeranek</u> , <u>jaja</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>ryż</u> , <u>sól</u> , <u>mięso mielone drobiowe</u> , /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>jogurt nat-mleko</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>sól</u> /, <u>sos pietruszkowy</u> 150ml/ <u>pieprz czarny</u> , <u>sól</u> , <u>śmietana-mleko</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>pietruszka</u> , <u>mąka pszenna</u> ./, <u>szpinak</u> 150g / <u>szpinak</u> , <u>śmietana-mleko</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>sól</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>cukier</u> 2g, <u>jabłka</u> , <u>porzeczka</u> , <u>truskawki</u> /
Podwieczorek	<u>Soczek owocowy</u> 1szt/200ml./
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>mielonka tyrolska</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , <u>cukier</u> 10g/
Wartości odżywcze: E: 2617,2kcal ; Białko ogółem 85,4, T: 82,8g,; W: 426,5; Błonnik 24,5g; kw. tłuszczowe nasycone 35,6g, Sód 5628,1mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>pasztet dr.</u> 50g/ <u>soja</u> , <u>jaja</u> /, <u>sałata</u> 20g, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa-żyto, jęczmień</u> , <u>cukier</u> 10gr, <u>mleko</u> /
Obiad	<u>Zupa selerowa</u> 400ml/ <u>pietruszka</u> , <u>marchew</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>seler</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>por</u> , <u>pietruszka</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz ziołowy</u> , <u>śmietana-mleko</u> , <u>ziele angielskie</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>majeranek</u> /, <u>pulpet gotowany</u> 100g/ <u>majeranek</u> , <u>jaja</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>ryż</u> , <u>sól</u> , <u>mięso mielone drobiowe</u> , /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>jogurt nat-mleko</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>sól</u> /, <u>sos pietruszkowy</u> 150ml/ <u>pieprz czarny</u> , <u>sól</u> , <u>śmietana-mleko</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>pietruszka</u> , <u>mąka pszenna</u> ./, <u>szpinak</u> 150g / <u>szpinak</u> , <u>śmietana-mleko</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>sól</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>cukier</u> 2g, <u>jabłka</u> , <u>porzeczka</u> , <u>truskawki</u> /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>mielonka tyrolska</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/ <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , <u>cukier</u> 10g/
Wartości odżywcze: E: 2339,5kcal ; Białko ogółem 78,6, T: 65,7g,; W: 402,7; Błonnik 24,3g; kw. tłuszczowe nasycone 19,0g, Sód 5551,0mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, paszтет dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor60g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko/</u>	7
II Śniadanie	<u>budyń b/c200g /budyń, mleko/</u>	0,3
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna, /szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>	12
Podwieczorek	<u>Pieczywo chrupkie30g/żyto/</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	28
Wartości odżywcze: E: 2120,6kcal ; Białko ogółem 69,6, T: 73,8g,; W: 295,0; Błonnik 27,6g; kw. tłuszczowe nasycone 31,2g, Sód 5062,0mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, paszтет dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor60g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10gr, mleko/</u>	
Obiad	<u>Zupa selerowa250ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany80g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna, /szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, 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: 1542,6kcal ; Białko ogółem 52,1, T: 60,3g,; W: 233,4; Błonnik 22,6g; kw. tłuszczowe nasycone 19,4g, Sód 4385,3mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, polędwica dr.30g/soja/, sałata20g, pomidor60g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/</u>
II Śniadanie	<u>budyń200g/budyń, mleko, cukier/</u>
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna, /szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki,/</u>
Podwieczorek	<u>Soczek owocowy1szt/200ml/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/,masło prawdziwe15g/ mleko /, mielonka tyrolska90g/soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2646,6kcal ; Białko ogółem 97,9, T: 91,2g,; W: 428,5; Błonnik 24,5g; kw. tłuszczowe nasycone 39,3g, Sód 5852,5mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, serek kanapkowy50g /mleko/, pomidor60g, sałata20g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, kotlet ziemniaczany smażony200g/jaja, mąka pszenna, sól, pieprz, olej rzepakowy ziemniaki/,surówka z kiszanej kapusty150g./ kapusta kiszona, marchew, pieprz, olej rzepakowy/ napój wieloowocowy250ml./,cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki,/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, konserwa rybna50g/ryba i produkty pochodne/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2024,6kcal ; Białko ogółem 61,8, T: 67,4g,; W: 300,2; Błonnik 28,1g; kw. tłuszczowe nasycone 24,6g, Sód 3599,9mg	

***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, smarowania, masła, kawy) można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.**