

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.05.2026-wtorek

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

<i>Dieta ogólna</i>	
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/ pszenica, jaja mleko /, ser żółty50g/ mleka /, pomidor60g, sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
II Śniadanie Dzieci	jogurt owocowy 1szt/120g/ mleko /
Obiad	Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler , por, pieprz czarny, sól, mąka pszenna , marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa- seler , pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana- mleko /, gulasz duszony220g /mąka pszenna , ziele angielskie, seler , liść laurowy, pietruszka, sól, , papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana- mleko , mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna , sól/, ćwikła 100g/buraki, chrzan, kwasek, cukier, sól, pieprz czarny/ kompot wieloowocowy250ml ,./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie120g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, połędwica z warzywami45g/soja /, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2484,3kcal ; Białko ogółem 90,6, T: 93,8g,; W: 330,1; Błonnik 23,2g; kw. tłuszczowe nasycone 41,6g, Sód 6092,6mg	

<i>Dieta lekkostrawna</i>	
Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/ pszenica, jaja mleko /, serek kanapkowy50g/ mleka /, pomidor60g,sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler , por, pieprz czarny, sól, mąka pszenna , marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa- seler , pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana- mleko /, gulasz duszony220g /mąka pszenna , ziele angielskie, seler , liść laurowy, pietruszka, sól, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana- mleko , mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna , sól/, buraczki z jabłkiem150g / sól, pieprz czarny, buraki, olej rzepakowy, kwasek, jabłka, cukier/, kompot wieloowocowy250ml ,/cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, połędwica z warzywami45g/soja /, pomidor60, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2891,5kcal ; Białko ogółem 92,5, T: 93,3g,; W: 437,8; Błonnik 24,0g; kw. tłuszczowe nasycone 35,5g, Sód 7240,9mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/ pszenica, jaja mleko /, serek kanapkowy50g/ mleka /, pomidor60g,sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
II Śniadanie	Jogurt owocowy1szt /120g/ / mleko /
Obiad	Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler , por, pieprz czarny, sól, mąka pszenna , marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa- seler , pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana- mleko /, gulasz duszony220g /mąka pszenna , ziele angielskie, seler , liść laurowy, pietruszka, sól, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana- mleko , mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna200g / kasza jęczmienna , sól/, buraczki z jabłkiem150g / sól, pieprz czarny, buraki, olej rzepakowy, kwasek, jabłka, cukier/, kompot wieloowocowy250ml /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Podwieczorek	chrupki kukurydziane30g
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /,połędwica z warzywami45g/ soja /, pomidor60, jabłko gotowane1szt/100g / herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2987,5kcal ; Białko ogółem 94,8, T: 93,9g,; W: 457,8; Błonnik 25,9g; kw. tłuszczowe nasycone 35,5g, Sód 7241,2mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło roślinne15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/ pszenica, jaja mleko /, szynka z drobiu45g/ soja /, pomidor60g,sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler , por, pieprz czarny, sól, mąka pszenna , marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa- seler , pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana- mleko /, gulasz duszony150g /mąka pszenna , ziele angielskie, seler , liść laurowy, pietruszka, sól, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana- mleko , mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna200g / kasza jęczmienna , sól/, buraczki z jabłkiem150g / sól, pieprz czarny, buraki, olej rzepakowy, kwasek, jabłka, cukier/, kompot wieloowocowy250ml /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło roślinne15g/ mleko /,połędwica z warzywami45g/ soja /, pomidor60, jabłko gotowane1szt/100g / herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2667,5kcal ; Białko ogółem 86,1, T: 73,4g,; W: 431,9; Błonnik 23,5g; kw. tłuszczowe nasycone 20,4g, Sód 6528,3mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/pszenica, jaja mleko /, serek kanapkowy50g/ mleka/, pomidor60g,sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko/</u>	11
II Śniadanie	<u>jogurt nat1szt /120g//mleko/</u>	1
Obiad	<u>Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler, por, pieprz czarny, sól, mąka pszenna, marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa-seler, pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana-mleko/, gulasz duszony220g/mąka pszenna, ziele angielskie, seler, liść laurowy, pietruszka, sól, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana-mleko, mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki z jabłkiem150g/ sól, pieprz czarny, buraki, olej rzepakowy, kwasek, jabłka,/, kompot wieloowocowy250ml./jabłka, porzeczka, truskawki/</u>	12
Podwieczorek	<u>Chrupki kukurydziane20g</u>	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko /,połędwica z warzywami45g/soja/, pomidor60, jabłko1 szt/100g/ herbata 250ml,/herbata czarna,/</u>	7
RAZEM		33
Wartości odżywcze: E: 2523,4kcal ; Białko ogółem 90,0, T: 94,6g,; W: 335,7; Błonnik 29,2g; kw. tłuszczowe nasycone 37,0g, Sód 6881,5mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, pasta z brokuła i jajka50g/brokuł,sól, pieprz, jajko/, pomidor60g,sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>	
Obiad	<u>Zupa jarzynowa250ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler, por, pieprz czarny, sól, mąka pszenna, marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa-seler, pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana-mleko/, gulasz duszony150g/mąka pszenna, ziele angielskie, seler, liść laurowy, pietruszka, sól, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana-mleko, mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna150g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki z jabłkiem150g/ sól, pieprz czarny, buraki, olej rzepakowy, kwasek, jabłka, cukier/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/mleko /,połędwica z warzywami45g/soja/, pomidor30, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>	
Wartości odżywcze: E: 1585,5kcal ; Białko ogółem 48,5, T: 59,7g,; W: 219,7; Błonnik 19,7g; kw. tłuszczowe nasycone 15,3g, Sód 4114,0mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/pszenica, jaja mleko /, serek kanapkowy50g/ mleka/, szynka drobiowa30g/soja/, pomidor60g,sałata20g kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Jogurt owocowy1szt /120g/ /mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler, por, pieprz czarny, sól, mąka pszena, marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa-seler, pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana-mleko/, gulasz duszony220g/mąka pszena, ziele angielskie, seler, liść laurowy, pietruszka, sól, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, śmietana-mleko, mięso gulaszowe drobiowe, olej rzepakowy/, kasza jęczmienna200g/kasza jęczmienna, sól/, buraczki z jabłkiem150g/ sól, pieprz czarny, buraki, olej rzepakowy, kwasek, jabłka, cukier/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Podwieczorek	<u>chrupki kukurydziane30g</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko /,połędwica z warzywami90g/soja/, pomidor60, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3094,4kcal ; Białko ogółem 104,3, T: 99,7g.; W: 460,7; Błonnik 25,9g; kw. tłuszczowe nasycone 37,4g, Sód 8181,6mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/pszenica, jaja mleko /, ser żółty50g/ mleka/, pomidor60g, sałata20g, kawa z mlekiem250ml,/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa jarzynowa400ml/ziemniaki, olej rzepakowy, seler, por, pieprz czarny, sól, mąka pszena, marchew, majeranek, , ziele angielskie, zupa jarzynowa-seler, pieprz ziołowy, koper, pietruszka, śmietana-mleko/,racuchy smażone2szt/mąka pszena, jaja,cukier, mleko,drożdże, olej rzepakowy/, sos owocowy150ml/cukier, truskawki, śmietana-mleko/,kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko /, pasta warzywna meksykańska50g/soja, gorczyca, seler/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/ herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3013,7kcal ; Białko ogółem 81,4, T: 110,6g.; W: 431,9; Błonnik 22,1g; kw. tłuszczowe nasycone 43,6g, Sód 3344,2mg	

****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.***