

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.05.2026 - czwartek

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

<i>Dieta ogólna</i>	
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko/, szynkowa45g/soja/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>banan1szt/200g/</u>
Obiad	<u>Zupa koperkowa z ziemniakami400ml /pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna, marchew, ziemniaki, koper, śmietana-mleko,, sól, seler, pieprz ziołowy/, udko gotowane120g/udko z kurczaka, sól, pieprz/, sos śmietanowy150ml./marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko,, sól, pieprz czarny/, ryż200g/ryż sól/, marchewka z jabłkiem150g/cukier, kwasek, marchew, jabłko/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, parówka2szt/110g/soja/, pomidor60g, ketchup15g ,herbata 250ml./herbata, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2456,5kcal ; Białko ogółem 87,8, T: 91,4g.; W: 330,8; Błonnik 23,1g; kw. tłuszczowe nasycone 38,9g, Sód 5066,1mg	

<i>Dieta lekkostrawna</i>	
Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko/, szynkowa45g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa koperkowa z ziemniakami400ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna, marchew, ziemniaki, , koper, śmietana-mleko,, sól, seler, , pieprz ziołowy/, udko gotowane120g/udko z kurczaka, sól, pieprz/, sos śmietanowy150ml./marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko,, sól, pieprz czarny/, ryż200g/ryż sól/, sałata z oliwą100g/cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, parówka2szt/110g/soja/, pomidor60g, ketchup20g ,herbata 250ml./herbata, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2956,7kcal ; Białko ogółem 100,0, T: 98,7g.; W: 430,4; Błonnik 19,5g; kw. tłuszczowe nasycone 39,6g, Sód 5600,4mg	

<i>Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)</i>	
Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko/, szynkowa45g/soja/, jabłko gotowane1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>jogurt owocowy1szt /120g/ / mleko /</u>
Obiad	<u>Zupa koperkowa z ziemniakami400ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna, marchew, ziemniaki, , koper, śmietana-mleko,, sól, seler, , pieprz ziołowy/, udko gotowane120g/udko z kurczaka, sól, pieprz/, sos śmietanowy150ml./marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko,, sól, pieprz czarny/, ryż200g/ryż sól/, sałata z oliwą100g/cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/, kompot wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Podwieczorek	<u>Suchary50g/pszenica, jęczmień, mleko, soja/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko/, parówka2szt/110g/soja/, pomidor60g, ketchup20g ,herbata 250ml./herbata, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3156,2kcal ; Białko ogółem 106,6, T: 103,5g.; W: 462,8; Błonnik 19,5g; kw. tłuszczowe nasycone 41,7g, Sód 5600,4mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko</u> /, <u>kasza manna na mleku 300ml/pszenica, mleko</u> /, <u>ser biały z koperkiem 50g/mleko</u> /, jabłko gotowane 1szt/100g/, pomidor 60g, <u>kawa z mlekiem 250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier 10g/
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna , marchew, ziemniaki, , koper, śmietana- mleko ,, sól, seler , , pieprz ziołowy/, <u>udko gotowane 120g/udko z kurczaka, sól, pieprz</u> /, <u>sos śmietanowy 100ml</u> ./marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko ,, sól, pieprz czarny/, <u>ryż 200g/ryż sól</u> /, <u>sałata z oliwą 100g/cukier, kwasek</u> , olej rzepakowy, sałata/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko</u> /, <u>parówka 1szt/55g/soja</u> /, pomidor 60g, ketchup 20g ,herbata 250ml./herbata, cukier 10g/
Wartości odżywcze: E: 2710,2kcal ; Białko ogółem 94,4, T: 74,8g,; W: 427,3; Błonnik 19,3g; kw. tłuszczowe nasycone 23,4g, Sód 5226,2mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko</u> /, <u>kasza manna na mleku 300ml/pszenica, mleko</u> /, szynkowa 45g/ soja /, jabłko 1szt/100g/, pomidor 60g, <u>kawa z mlekiem 250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko</u> /,	11
II Śniadanie	<u>Kefir 150ml/mleko</u> /	0,7
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna , marchew, ziemniaki, , koper, śmietana- mleko ,, sól, seler , , pieprz ziołowy/, <u>udko gotowane 120g/udko z kurczaka, sól, pieprz</u> /, <u>sos śmietanowy 150ml</u> ./marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko ,, sól, pieprz czarny/, <u>ryż 200g/ryż sól</u> /, <u>sałata z oliwą 100g/ kwasek</u> , olej rzepakowy, sałata/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./ jabłka, porzeczka, truskawka/	12
Podwieczorek	Suchary 50g/ pszenica, jęczmień, mleko, soja /	3
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko</u> /, <u>parówka 2szt/110g/soja</u> /, pomidor 60g, ketchup 20g ,herbata 250ml./herbata,/	7
RAZEM		34
Wartości odżywcze: E: 2660,6kcal ; Białko ogółem 99,2, T: 103,6g,; W: 336,5; Błonnik 22,8g; kw. tłuszczowe nasycone 42,9g, Sód 5184,3mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne 15g/ mleko</u> /, , szynkowa 45g/ soja /, pomidor 30g, <u>kawa z mlekiem 250ml/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier 10g/	
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna , marchew, ziemniaki, , koper, śmietana- mleko ,, sól, seler , , pieprz ziołowy/, <u>udko gotowane 120g/udko z kurczaka, sól, pieprz</u> /, <u>sos śmietanowy 100ml</u> ./marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko ,, sól, pieprz czarny/, <u>ryż 100g/ryż sól</u> /, <u>sałata z oliwą 100g/cukier, kwasek</u> , olej rzepakowy, sałata/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne 15g/ mleko</u> /, <u>parówka 1szt/55g/soja</u> /, pomidor 30g, ketchup 20g ,herbata 250ml./herbata, cukier 10g/	
Wartości odżywcze: E: 1550,5kcal ; Białko ogółem 59,3, T: 63,6g,; W: 198,3; Błonnik 13,6g; kw. tłuszczowe nasycone 22,8g, Sód 3691,7mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15g/ mleko/</u> , kasza manna na mleku300ml/ pszenica, mleko/ , szynkowa90g/ soja/ , jabłko1szt/100g/, pomidor60g, <u>kawa z mlekiem250ml/</u> kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
II Śniadanie	jogurt owocowy1szt /150g/ / mleko /
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna , marchew, ziemniaki, , koper, śmietana- mleko ., sól, seler , , pieprz ziołowy/, <u>udko gotowane120g/udko z kurczaka, sól, pieprz/</u> , <u>sos śmietanowy150ml/</u> ,marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko ., sól, pieprz czarny/, ryż200g/ryż sól/, sałata z oliwą100g/cukier, kwasek, olej rzepakowy, sałata/, <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	Suchary50g/ pszenica, jęczmień, mleko, soja/
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15g/ mleko/</u> , parówka2szt/110g/ soja/ , pomidor60g, ketchup20g ,herbata 250ml,herbata, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 3195,1kcal ; Białko ogółem 114,5, T: 104,2g,; W: 462,8; Błonnik 19,5g; kw. tłuszczowe nasycone 41,9g, Sód 5882,6mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie120g/ żyto, pszenica/. , <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , kasza manna na mleku300ml/ pszenica, mleko/ , <u>hummus50g/sezam/</u> , jabłko1szt/100g/, pomidor60g, <u>kawa z mlekiem250ml/</u> kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami400ml/pieprz czarny, por, pietruszka, olej rzepakowy, mąka pszenna , marchew, ziemniaki, , koper, śmietana- mleko ., sól, seler , , pieprz ziołowy/, ryż200g/ryż sól/, <u>z warzywami150g/</u> marchew, seler , pietruszka, kalafior, brokuł/ <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie120g/ żyto, pszenica/ , <u>masło prawdziwe.15g/mleko/</u> , paprykarz50g/ ryba i produkty pochodne/ , pomidor60g, herbata 250ml,herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2060,9kcal ; Białko ogółem 54,9, T: 66,5g,; W: 317,9; Błonnik 22,8g; kw. tłuszczowe nasycone 27,0g, Sód 2437,4mg	

**substancje i produkty powodujące Alergie lub reakcje nietolerancji zostały pogrubione*

**dokładny skład produktów nie sporządzonych na kuchni(min., wędlin,dżemów, kielbas, pasztetów, serów, pieczywa, masła, smarowania, kawa), można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym Oddziale.*