

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.05.2026- 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 /, zacierka na mleku300ml/jajko, mleko, mąka pszenna, cukier, sól/, dżem wieloowocowy60g, serek topiony17,5g/mleko/, jabłko1szt/100g./ kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>Soczek owocowy1szt/200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa ogórkowa400ml/sól, kwasek, ogórek kwaszony, por, pieprz czarny, ziele angielskie, pietruszka, pieprz ziołowy, marchew, olej rzepakowy, śmietana-mleko, mąka pszenna, seler, ziemniaki/,gzika150g/ser biały-mleko, śmietana-mleko, sól, pieprz/ ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, _napój wieloowocowy250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe5g/ mleko/, jajko2szt, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2215,7kcal ; Białko ogółem 85,2, T: 66,2g,; W: 323,2; Błonnik 17,6g; kw. tłuszczowe nasycone 35,5g, Sód 4260,6mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, zacierka na mleku300ml/jajko, mleko, mąka pszenna, cukier, sól/, dżem wieloowocowy60g, serek topiony17,5g/mleko/, jabłko1szt/100g./ kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/majeranek, pietruszka, ziemniaki, kalafior, pieprz ziołowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, , śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, seler, liść laurowy/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/,gzika150g/ser biały-mleko, śmietana-mleko, sól, pieprz/ _napój wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko/, jajko2szt, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml,/herbata czarna, 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	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, zacierka na mleku300ml/jajko, mleko, mąka pszenna, cukier, sól/, dżem wieloowocowy60g, serek topiony17,5g/mleko/, jabłko gotowane1szt/100g./ kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>kisiel200ml</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/majeranek, pietruszka, ziemniaki, kalafior, pieprz ziołowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, , śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, seler, liść laurowy/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/,gzika150g/ser biały-mleko, śmietana-mleko, sól, pieprz/ _napój wieloowocowy250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
Podwieczorek	<u>Ciasteczka kruche30g/pszenica, jaja/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko/, jajko2szt, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2837,5kcal ; Białko ogółem 100,9, T: 72,8g,; W: 462,4; Błonnik 19,3g; kw. tłuszczowe nasycone 37,4g, Sód 4422,6mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/, masło roślinne 15g/ mleko /, zacierka na mleku 300ml/jajko, mleko, mąka pszenna, cukier, sól/, dżem wieloowocowy 60g, serek topiony 17,5g/mleko/, jabłko gotowane 1szt/100g./ kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/
Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml/majeranek, pietruszka, ziemniaki, kalafior, pieprz ziołowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, , śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, seler, liść laurowy/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/,gzika 150g/ser biały-mleko, śmietana-mleko, sól, pieprz/ napój wieloowocowy 250ml./cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/ mleko/, jajko 2szt, sałata 20g, pomidor 60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/
Wartości odżywcze: E: 2590,1kcal ; Białko ogółem 98,2, T: 58,7g,; W: 428,2; Błonnik 19,0g; kw. tłuszczowe nasycone 23,2g, Sód 4422,7mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, zacierka na mleku 300ml/jajko, mleko, mąka pszenna, cukier, sól/, ser żółty 50g/mleko/ serek topiony 17,5g/mleko/, jabłko 1szt/100g./ kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /	12
II Śniadanie	Kisiel b/c 200ml,	0,3
Obiad	Zupa kalafiorowa 400ml/majeranek, pietruszka, ziemniaki, kalafior, pieprz ziołowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, , śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, seler, liść laurowy/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/,gzika 150g/ser biały-mleko, śmietana-mleko, sól, pieprz/ napój wieloowocowy 250ml./ jabłka, porzeczka, truskawki/	10
Podwieczorek	Ciasteczka b/c 30g/pszenica, jaja/	2
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/ mleko/, jajko 2szt, sałata 20g, pomidor 60g, herbata 250ml./herbata czarna, /	6
RAZEM		30
Wartości odżywcze: E: 2352,0kcal ; Białko ogółem 103,0, T: 84,2g,; W: 298,0; Błonnik 26,3g; kw. tłuszczowe nasycone 45,2g, Sód 4379,6mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/, masło roślinne 15g/ mleko /, dżem wieloowocowy 60g, serek topiony 17,5g/mleko/, jabłko 1szt/100g./ kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/	
Obiad	Zupa kalafiorowa 250ml/majeranek, pietruszka, ziemniaki, kalafior, pieprz ziołowy, olej rzepakowy, mąka pszenna, , śmietana-mleko, sól, pieprz czarny, seler, liść laurowy/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/,gzika 150g/ser biały-mleko, śmietana-mleko, sól, pieprz/ napój wieloowocowy 250ml./cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/	
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/ mleko/, jajko 2szt, sałata 20g, pomidor 60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/	
Wartości odżywcze: E: 1544,7kcal ; Białko ogółem 65,4, T: 44,7g,; W: 222,0; Błonnik 16,4g;		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ jajko, mleko , mąka pszenna , cukier, sól/, <u>ser żółty</u> 30g/ mleko /, <u>dżem wieloowocowy</u> 60g, serek topiony17,5g/ mleko /, <u>jabłko</u> 1szt/100g./ <u>kawa z mlekiem</u> 250ml./ <u>kawa zbożowa</u> - żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/
II Śniadanie	<u>Kisiel</u> 200ml,
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa</u> 400ml/majeranek, pietruszka, ziemniaki, kalafior, pieprz ziołowy, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny, seler , liść laurowy/, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>gzika</u> 150g/ser biały- mleko , śmietana- mleko , sól, pieprz/ <u>napój wieloowocowy</u> 250ml./cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Podwieczorek	<u>Ciasteczka kruche</u> 30g/ pszenica, jaja /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica ./, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>jajko</u> 2szt, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2951,1kcal ; Białko ogółem 109,5, T: 81,4g.; W: 462,9; Błonnik 19,3g; kw. tłuszczowe nasycone 43,4g, Sód 4692,2mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ jajko, mleko , mąka pszenna , cukier, sól/, <u>dżem wieloowocowy</u> 60g, serek topiony17,5g/ mleko /, <u>jabłko</u> 1szt/100g./ <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa</u> - żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/
Obiad	<u>Zupa ogórkowa</u> 400ml/sól, kwasek, ogórek kwaszony, por, pieprz czarny, ziele angielskie, pietruszka, pieprz ziołowy, marchew, olej rzepakowy, śmietana- mleko , mąka pszenna , seler , ziemniaki/, <u>gzika</u> 150g/ser biały- mleko , śmietana- mleko , sól, pieprz/ <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- mleko /, <u>napój wieloowocowy</u> 250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica ./, <u>masło prawdziwe</u> 5g/ mleko /, <u>jajko</u> 2szt, sałata20g, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2215,7kcal ; Białko ogółem 85,2, T: 66,2g.; W: 323,2; Błonnik 17,6g; kw. tłuszczowe nasycone 35,5g, Sód 4260,6mg	

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

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