

# JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.05.2026 - poniedziałek

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

## Dieta ogólna

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko/, salceson45g/soja/, musztarda20g/gorczyca/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	<u>Banan1 szt</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa barszcz czerwony zabielały400ml/liść laurowy, pieprz ziółowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-mleko, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/,risotto350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól/ sos pomidorowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /, kompot wieloowocowa250ml.,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/soja, jaja/, pomidor60g, sałata20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2559,6kcal ; Białko ogółem 76,4, T: 94,9g.; W: 360,5; Błonnik 22,8g; kw. tłuszczowe nasycone 40,6g, Sód 4653,7mg	

## Dieta lekkostrawna

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko/, salceson45g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko, cukier10g/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/liść laurowy, pieprz ziółowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-mleko, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, risotto350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól/, sos pomidorowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /, kompot wieloowocowy250ml.,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/soja, jaja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3060,0kcal ; Białko ogółem 89,3, T: 96,8g.; W: 476,2; Błonnik 25,1g; kw. tłuszczowe nasycone 41,0g, Sód 5078,3mg	

## Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, płatki kukurydziane na mleku300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko/, salceson45g/soja/, jabłko gotowane1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko, cukier10g/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>Kisiel200ml,</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa barszcz czerwony400ml/liść laurowy, pieprz ziółowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-mleko, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, risotto350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól/, sos pomidorowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /, kompot wieloowocowy250ml.,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Pieczywo chrupkie30g/żyto/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/soja, jaja/, pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3220,0kcal ; Białko ogółem 92,1, T: 97,1g.; W: 510,7; Błonnik 25,1g; kw. tłuszczowe nasycone 41,0g, Sód 5094,4mg	

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/120g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/mleko/, płatki kukurydziane na mleku 300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko/, szynka z drobiu 45g/soja/, jabłko gotowane 1szt/100g/, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko, cukier 10g/
<b>Obiad</b>	Zupa barszcz czerwony 400ml/liść laurowy, pieprz ziołowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-mleko, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, risotto 250g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól/, sos pomidorowy 100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /, kompot wieloowocowy 250ml./, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
<b>Kolacja</b>	Bułka kajzerka 2szt/120g/żyto, pszenica/, masło roślinne 15g/ mleko /, pasztet dr. 50g/soja, jaja/, pomidor 60g, sałata 20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/

Wartości odżywcze: E: 2652,8kcal ; Białko ogółem 83,5, T: 67,1g.; W: 444,4; Błonnik 23,2g;  
kw. tłuszczowe nasycone 21,7, Sód 4715,9mg

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

	WW	
<b>Śniadanie</b>	Pieczyczo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, płatki kukurydziane na mleku 300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko/, salceson 45g/soja/, jabłko 1szt/100g/, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko/	11
<b>II Śniadanie</b>	Kisiel b/c 200ml	0,2
<b>Obiad</b>	Zupa barszcz czerwony 400ml/liść laurowy, pieprz ziołowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-mleko, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, risotto 350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól/, sos pomidorowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /, kompot wieloowocowy 250ml./, jabłka, porzeczka, truskawki/	16
<b>Podwieczorek</b>	Pieczyczo chrupkie 30g/żyto/	2
<b>Kolacja</b>	Pieczyczo pszenno-żytnie/graham 120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, pasztet dr. 50g/soja, jaja/, pomidor 60g, sałata 20g, herbata 250ml./herbata czarna,/	6
<b>RAZEM</b>		<b>35</b>

Wartości odżywcze: E: 2607,4kcal ; Białko ogółem 79,7, T: 94,2g.; W: 367,5; Błonnik 28,5g;  
kw. tłuszczowe nasycone 40,3g, Sód 4621,2mg

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	Pieczyczo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/., masło roślinne 15g/mleko/, szynka dr 45g/soja/, pomidor 30g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko, cukier 10g/
<b>Obiad</b>	Zupa barszcz czerwony 250ml/liść laurowy, pieprz ziołowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-mleko, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka pszenna/, risotto 250g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól/, sos pomidorowy 100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /, kompot wieloowocowy 250ml./, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki/
<b>Kolacja</b>	Pieczyczo pszenno-żytnie/graham 80g/żyto, pszenica/, masło roślinne 15g/ mleko /, pasztet dr. 50g/soja, jaja/, pomidor 30g, sałata 20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/

Wartości odżywcze: E: 1588,2kcal ; Białko ogółem 52,6, T: 51,6g.; W: 231,8; Błonnik 17,1g;  
kw. tłuszczowe nasycone 15,8g, Sód 2961,6mg

### **Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa**

<b>Śniadanie</b>	Bułka kajzerka 2szt/120g/ <b>żyto, pszenica</b> /., <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>płatki kukurydziane na mleku 300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko</u> /, <u>salceson 45g/soja</u> /, <u>jabłko 1 szt/100g</u> /, <u>pomidor 60g</u> /, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /, <u>kawa zbożowa-żyto, jęcz, mleko</u> /, <u>cukier 10g</u> /
<b>II Śniadanie</b>	Jogurt owocowy 1szt/150g/ <b>mleko</b> /
<b>Obiad</b>	<u>Zupa barszcz czerwony 400ml/liść laurowy, pieprz ziołowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-<b>mleko</b></u> /, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka <b>pszenna</b> /, <u>risotto 350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, sól</u> /, <u>sos pomidorowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-<b>mleko</b></u> /, olej rzepakowy, konc.pom., mąka <b>pszenna</b> /, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> /, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki /
<b>Podwieczorek</b>	Pieczywo chrupkie 30g/ <b>żyto</b> /
<b>Kolacja</b>	Bułka kajzerka 2szt/120g/ <b>żyto, pszenica</b> /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko</u> /, <u>pasztet dr. 50g/soja, jaja</u> /, <u>ser biały 50g/mleko/pomidor 60g, sałata 20g, herbata 250ml</u> /, herbata czarna, cukier 10g /
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 3233,1kcal ; Białko ogółem 101,0, T: 99,2g,; W: 500,2; Błonnik 25,1g; kw. tłuszczowe nasycone 42,4g, Sód 5100,3mg	

### **Dieta wegetariańska**

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica</u> /., <u>masło prawdziwe 15g/ mleko</u> /, <u>płatki kukurydziane na mleku 300ml/pszenica, jęczmień, żyto, owies, soja, mleko</u> /, <u>serek kanapkowy 50g/ mleko</u> /, <u>jabłko 1 szt/100g</u> /, <u>pomidor 60g</u> /, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /, <u>kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g</u> /
<b>Obiad</b>	<u>Zupa barszcz czerwony 400ml/liść laurowy, pieprz ziołowy, marchew, ziele angielskie, seler, buraki, por, pietruszka, kwasek, koper, cukier, śmietana-<b>mleko</b></u> /, olej rzepakowy, ziemniaki, pieprz czarny, sól, mąka <b>pszenna</b> /, <u>ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g/ryż, jabłka, cynamon</u> /, <u>śmietana 100ml/mleko/ kompot wieloowocowy 250ml</u> /, cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki /
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>hummus 50g</u> /, <u>pomidor 60g, sałata 20g herbata 250ml</u> /, herbata czarna, cukier 10g /
<b>Wartości odżywcze:</b> E: 2306,9kcal ; Białko ogółem 60,6, T: 78,8g,; W: 345,4; Błonnik 20,8g; kw. tłuszczowe nasycone 37,3g, Sód 2711,8mg	

*\*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, kawy), można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym Oddziale*