

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.05.2026-niedziela

Dla szpitala psychiatrycznego: masło 20g, pieczywo150g, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki250g

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/pszenica, żyto/., masło prawdziwe15g/mleko/, ser żółty50g/mleko/, pomidor60g, sałata20g kakao250ml, /kakao, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	Soczek owocowy1 szt/200ml/
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/ makaron-pszenica,jaja, pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń,pietruszką nać, por, seler , sól/, <u>udko pieczone120g/udko z kurczaka, pieprz czarny, sól, papryka słodka, olej rzepakowy/, ziemniaki200g/ziemniaki, jogurt nat.-mleko, sól/, <u>sos pieczarkowy150g/mąka pszenna, śmietana-mleko, olej rzepakowy, cebula, pieczarka/, surówka z białej kapusty150g/ kapusta biała, marchew, sól, pieprz, olej rzepakowy/, <u>kompot wieloowocowy250ml./jabłka, truskawka, porzeczka, cukier2g/</u></u></u></u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/pszenica, żyto/, masło rośl.15g/mleko/, <u>połędwica z kurczaka45g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u></u>
Wartości odżywcze: E: 2052,9kcal ; Białko ogółem 79,7, T: 73,7g,; W: 278,0; Błonnik 20,7g; kw. tłuszczowe nasycone 35,2g, Sód 5864,5mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/ser biały z ziołami50g/ser biały-mleko, jogurt nat-mleko, sól, pieprz, pietruszka nać/, pomidor60g, sałata20g, kakao250ml/kakao, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/ makaron-pszenica,jaja, pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń, pietruszka nać, por, , seler , sól/, <u>udko got.120g/udko, sól, pieprz/, <u>sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, sól, pietruszka nać, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, marchew korzeń, mąka pszenna/ ziemniaki200g/ziemniaki, jogurt nat.-mleko sól /, surówka z marchewki i jabłka150g/marchew, jabłka, cukier, kwas cytrynowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml./jabłka, truskawka, porzeczka, cukier2g/</u></u></u></u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/pszenica, żyto/, masło prawdziwe.15g/mleko/, <u>połędwica z kurczaka45g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u></u>
Wartości odżywcze: E: 2412,1kcal ; Białko ogółem 88,0, T: 63,9g,; W: 389,5; Błonnik 23,3g; kw. tłuszczowe nasycone 27,5g, Sód 6316,6mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/ser biały z ziołami50g/ser biały-mleko, jogurt nat-mleko, sól, pieprz, pietruszka nać/, pomidor60g, sałata20g, kakao250ml/kakao, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Jogurt nat1 szt/150g/ (mleko)</u>
Obiad	<u>Rosół z makaronem400ml/ makaron-pszenica,jaja, pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń, pietruszka nać, por, , seler , sól/, <u>udko got.120g/udko, sól, pieprz/, <u>sos jarzynowy150ml /koper, śmietana-mleko, pieprz czarny, sól, pietruszka nać, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, marchew korzeń, mąka pszenna/ ziemniaki200g/ziemniaki, jogurt nat.-mleko sól /, surówka z marchewki i jabłka150g/marchew, jabłka, cukier, kwas cytrynowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml./jabłka, truskawka, porzeczka, cukier2g/</u></u></u></u>
Podwieczorek	<u>Suchary50g/pszenica, /</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/pszenica, żyto/, masło prawdziwe.15g/mleko/, <u>połędwica z kurczaka45g/soja/, jabłko gotowane1 szt/100g/, pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u></u>
Wartości odżywcze: E: 2719,6kcal ; Białko ogółem 102,3, T: 72,3g,; W: 433,1; Błonnik 23,3g; kw. tłuszczowe nasycone 31,8g, Sód 6429,9mg	

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>ser biały z ziołami</u> 50g/ <u>ser biały-mleko</u> , <u>jogurt nat-mleko</u> , sól, pieprz, pietruszka nać/, <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g, <u>kakao</u> 250ml/ <u>kakao</u> , <u>mleko</u> , <u>cukier</u> 10g/
Obiad	<u>Rosół z makaronem</u> 400ml/ <u>makaron-pszenica</u> , <u>jaja</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń, pietruszka nać, por, , <u>seler</u> , sól/, <u>udko got.</u> 120g/ <u>udko</u> , sól, pieprz/, <u>sos jarzynowy</u> 150ml / <u>koper</u> , <u>śmietana-mleko</u> , pieprz czarny, sól, pietruszka nać, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, marchew korzeń, mąka <u>pszenna</u> / <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , <u>jogurt nat.-mleko</u> sól /, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g/ <u>marchew</u> , <u>jabłka</u> , <u>cukier</u> , <u>kwasek cytrynowy</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>jabłka</u> , <u>truskawka</u> , <u>porzeczka</u> , <u>cukier</u> 2g/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>pszenica</u> , <u>żyto</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>połędwica z kurczaka</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , <u>cukier</u> 10g/
Wartości odżywcze: E: 2319,0kcal ; Białko ogółem 87,8, T: 53,6g,; W: 389,3; Błonnik 23,3g; kw. tłuszczowe nasycone 14,9g, Sód 6333,1mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 120g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>ser biały z ziołami</u> 50g/ <u>ser biały-mleko</u> , <u>jogurt nat-mleko</u> , sól, pieprz, pietruszka nać/, <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g, <u>kakao</u> 250ml/ <u>kakao</u> , <u>mleko</u> , /	8
II Śniadanie	<u>Jogurt nat</u> 1szt/150g/ <u>-(mleko)</u>	1
Obiad	<u>Rosół z makaronem</u> 400ml/ <u>makaron-pszenica</u> , <u>jaja</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń, pietruszka nać, por, , <u>seler</u> , sól/, <u>udko got.</u> 120g/ <u>udko</u> , sól, pieprz/, <u>sos jarzynowy</u> 150ml / <u>koper</u> , <u>śmietana-mleko</u> , pieprz czarny, sól, pietruszka nać, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, marchew korzeń, mąka <u>pszenna</u> / <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , <u>jogurt nat.-mleko</u> sól /, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g/ <u>marchew</u> , <u>jabłka</u> , <u>kwasek cytrynowy</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>jabłka</u> , <u>truskawka</u> , <u>porzeczka</u> , /	11
Podwieczorek	<u>Suchary</u> 50g/ <u>pszenica</u> , /	3
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 120g/ <u>pszenica</u> , <u>żyto</u> /, <u>masło prawdziwe</u> .15g/ <u>mleko</u> /, <u>połędwica z kurczaka</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , /	7
RAZEM		30
Wartości odżywcze: E: 2189,5kcal ; Białko ogółem 90,3, T: 69,4g,; W: 309,9; Błonnik 26,6g; kw. tłuszczowe nasycone 31,2g, Sód 5955,4mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 80g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>ser biały z ziołami</u> 50g/ <u>ser biały-mleko</u> , <u>jogurt nat-mleko</u> , sól, pieprz, pietruszka nać/, <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g, <u>kakao</u> 250ml/ <u>kakao</u> , <u>mleko</u> , <u>cukier</u> 10g/	
Obiad	<u>Rosół z makaronem</u> 250ml/ <u>makaron-pszenica</u> , <u>jaja</u> , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń, pietruszka nać, por, , <u>seler</u> , sól/, <u>udko got.</u> 120g/ <u>udko</u> , sól, pieprz/, <u>sos jarzynowy</u> 100ml / <u>koper</u> , <u>śmietana-mleko</u> , pieprz czarny, sól, pietruszka nać, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, marchew korzeń, mąka <u>pszenna</u> / <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , <u>jogurt nat.-mleko</u> sól /, <u>surówka z marchewki i jabłka</u> 150g/ <u>marchew</u> , <u>jabłka</u> , <u>cukier</u> , <u>kwasek cytrynowy</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>jabłka</u> , <u>truskawka</u> , <u>porzeczka</u> , <u>cukier</u> 2g/	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 80g/ <u>pszenica</u> , <u>żyto</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>połędwica z kurczaka</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , <u>cukier</u> 10g/	
Wartości odżywcze: E: 1532,9kcal ; Białko ogółem 66,7, T: 45,5g,; W: 223,1; Błonnik 21,4g; kw. tłuszczowe nasycone 13,6g, Sód 4735,7mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /,ser biały z ziołami100g/ser biały- mleko , jogurt nat- mleko , sól, pieprz, pietruszka nać/, <u>pomidor60g</u> , sałata20g, kakao250ml/kakao, mleko , cukier10g/
II Śniadanie	Jogurt nat1szt/150g/ -(mleko)
Obiad	Rosół z makaronem400ml/ makaron- pszenica,jaja , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń, pietruszka nać, por, , seler , sól/, <u>udko got.120g/udko</u> , sól, pieprz/, <u>sos jarzynowy150ml</u> /koper, śmietana- mleko , pieprz czarny, sól, pietruszka nać, pietruszka korzeń, olej rzepakowy, marchew korzeń, mąka pszenna / <u>ziemniaki200g/ziemniaki</u> , jogurt nat,- mleko sól /, surówka z marchewki i jabłka150g/marchew, jabłka, cukier, kwas cytrynowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ./jabłka, truskawka, porzeczka, cukier2g/
Podwieczorek	Suchary50g/ pszenica , /
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ pszenica, żyto /, <u>masło prawdziwe.15g/mleko</u> /, <u>połędwica z kurczaka90g/soja</u> /, <u>jabłko1szt/100g</u> /, <u>pomidor60g</u> , <u>herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2829,1kcal ; Białko ogółem 121,0, T: 75,1g.; W: 435,5; Błonnik 23,4g; kw. tłuszczowe nasycone 33,4g, Sód 7169,4mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/pszenica, żyto</u> ./, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>ser żółty50g/mleko</u> /, <u>pomidor60g</u> , sałata20g, kakao250ml, /kakao, mleko , cukier10g/
Obiad	Rosół z makaronem400ml/ makaron- pszenica , pieprz czarny, pieprz ziołowy, pietruszka korzeń,pietruszka nać, por, seler , sól/, <u>filet ryby panierowany smażony120g/olej rzepakowy</u> , mąka pszenna , filet ryby mintaj, bułka tarta- pszenica, jaja , sól, pieprz czarny, / kasza gryczana200g/kasza gryczana, sól/, <u>sos pieczarkowy150g</u> /mąka pszenna , śmietana- mleko , olej rzepakowy, cebula, pieczarka/, <u>surówka z białej kapusty150g</u> / kapusta biała, marchew, sól, pieprz, olej rzepakowy/, <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ./jabłka, truskawka, porzeczka, cukier2g/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/pszenica, żyto</u> /, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>pasztet sojowy50g/soja</u> /, <u>jabłko1szt/100g</u> /, <u>pomidor60g</u> , <u>herbata 250ml</u> ./herbata, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2265,9kcal ; Białko ogółem 68,3; T: 94,0g.; W: 294,7; Błonnik 22,1g; kw. tłuszczowe nasycone 34,8g, Sód 4963,0mg	

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

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