

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 18.05.2026 - poniedziałek

Dla szpitala psychiatrycznego: masło 20g, pieczywo150g, zupa mleczna400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki250g

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> , polędwica z warzywami45g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/
II Śniadanie Dzieci	banan1szt
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka pszenna , marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń , pietruszka susz, , śmietana- mleko , sól, koper/, <u>kotlet mielony pieczony100g</u> /mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, olej rzepakowy, bułka tarta- pszenica , <u>ziemniaki200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat.- mleko /, <u>surówka z ogórka kiszzonego150g</u> /ogórek kiszony, marchew, cebula, sól, pieprz, olej rzepakowy/, <u>kompot wieloowocowy250ml</u> , /truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/żyto, pszenica/</u> , masło prawdziwe15g/mleko/, <u>parówka2szt/110g/soja/</u> , pomidor60g, ketchup20g, <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2601,8kcal ; Białko ogółem 77,3, T: 119,0g.; W: 312,7; Błonnik 21,3g; kw. tłuszczowe nasycone 43,6g, Sód 5853,2mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/.</u> , masło prawdziwe15g/mleko/, kasza manna na mleku300ml/ pszenica, mleko/ polędwica z warzywami45g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> kalafior, olej rzepakowy, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka nać, śmietana- mleko , sól, seler , pietruszka korzeń, pieprz czarny, liść laurowy, pietruszka susz, pieprz ziołowy/, <u>pulpet gotowany100g</u> /mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler , bułka- pszenica/ , , <u>sos śmietanowy150ml</u> /pieprz czarny, sól, śmietana- mleko , olej rzepakowy, mąka pszenna/ , <u>ziemniaki200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>sałata z oliwą100g/</u> sałata, cukier, kwasek cytrynowy, olej rzepakowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ,/truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , masło prawdziwe 15g/mleko/, <u>parówka2szt/110g/soja/</u> , pomidor60g, ketchup20g,/ <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2987,4kcal ; Białko ogółem 90,3, T: 109,4g.; W: 425,0; Błonnik 21,5g; kw. tłuszczowe nasycone 43,9g, Sód 6077,7mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>kasza manna na mleku</u> 300ml/ <u>pszenica, mleko</u> / <u>połędwica z warzywami</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/
II Śniadanie	<u>soczek owocowy</u> 1szt /200ml/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa</u> 400ml/ kalafior, olej rzepakowy, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka nać, śmietana- mleko , sól, seler , pietruszka korzeń, pieprz czarny, liść laurowy, pietruszka susz, pieprz ziołowy/, <u>pulpet gotowany</u> 100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler , bułka- pszenica /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko , olej rzepakowy, mąka pszenna ./, <u>ziemniaki</u> 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat- mleko /, <u>sałata z oliwą</u> 100g/ sałata, cukier, kwas cytrynowy, olej rzepakowy/ <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/
Podwieczorek	<u>Ciasteczka kruche</u> 30g/mąka pszenna, jaja /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>parówka</u> 2szt/110g// <u>soja</u> /, <u>pomidor</u> 60g, <u>ketchup</u> 20g./ <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 3137,8kcal ; Białko ogółem 92,7, T: 113,0g,; W: 457,6; Błonnik 21,9g; kw. tłuszczowe nasycone 45,5g, Sód 6083,9mg	

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>kasza manna na mleku</u> 300ml/ <u>pszenica, mleko</u> / <u>połędwica z warzywami</u> 45g/ <u>soja</u> /, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, / <u>kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa</u> 400ml/ kalafior, olej rzepakowy, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka nać, śmietana- mleko , sól, seler , pietruszka korzeń, pieprz czarny, liść laurowy, pietruszka susz, pieprz ziołowy/, <u>pulpet gotowany</u> 80g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler , bułka- pszenica /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko , olej rzepakowy, mąka pszenna ./, <u>ziemniaki</u> 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat- mleko /, <u>sałata z oliwą</u> 100g/ sałata, cukier, kwas cytrynowy, olej rzepakowy/ <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>pasta z brokuła i jajka</u> 50g/brokul, jajko , sól, pieprz, jogurt nat- mleko / <u>pomidor</u> 60g, <u>sałata</u> 20g, <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2552,4kcal ; Białko ogółem 77,0, T: 70,6g,; W: 415,6; Błonnik 21,4g; kw. tłuszczowe nasycone 21,8g, Sód 6602,3mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> <u>połędwica z warzywami45g/soja/</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /	11
II Śniadanie	<u>Kefir200ml/mleko/</u>	1
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> kalafior, olej rzepakowy, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka nać, śmietana- mleko , sól, seler , pietruszka korzeń, pieprz czarny, liść laurowy, pietruszka susz, pieprz zielony/, <u>pulpet gotowany100g/mięso mielone drobiowe, jaja</u> , sól, pieprz, seler , bułka- pszenica/ , <u>sos śmietanowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko</u> , olej rzepakowy, mąka pszenna/ , <u>ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/</u> , <u>sałata z oliwą100g/</u> sałata, kwasek cytrynowy, olej rzepakowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> ,truskawki, jabłka, porzeczka, /	11
Podwieczorek	Ciasteczka b/c30g/mąka pszenna, jaja/	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>parówka2szt/110g/soja/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>ketchup20g/</u> <u>herbata 250ml/</u> ,herbata czarna, /	7
RAZEM		32
Wartości odżywcze: E: 2644,2kcal ; Białko ogółem 87,4, T: 114,8g.; W: 320,6; Błonnik 28,8g; kw. tłuszczowe nasycone 46,1g, Sód 5680,6mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/.</u> , <u>masło roślinne15g/mleko/</u> , <u>połędwica z warzywami45g/soja/</u> , , <u>pomidor30g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/	
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa250ml/</u> kalafior, olej rzepakowy, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka nać, śmietana- mleko , sól, seler , pietruszka korzeń, pieprz czarny, liść laurowy, pietruszka susz, pieprz zielony/, <u>pulpet gotowany80g/mięso mielone drobiowe, jaja</u> , sól, pieprz, seler , bułka- pszenica/ , <u>sos śmietanowy80ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko</u> , olej rzepakowy, mąka pszenna/ , <u>ziemniaki120g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/</u> , <u>sałata z oliwą100g/</u> sałata, cukier, kwasek cytrynowy, olej rzepakowy/ <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> ,truskawki, jabłka, porzeczka, cukier2g/	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło roślinne 15g/mleko/</u> , <u>parówka1szt/55g/soja/</u> , <u>pomidor30g</u> , <u>herbata 250ml/</u> ,herbata czarna, cukier10g/	
Wartości odżywcze: E: 1574,5kcal ; Białko ogółem 46,6, T: 69,3g.; W: 193,2; Błonnik 14,6g; kw. tłuszczowe nasycone 25,7g, Sód 5182,2mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza manna na mleku300ml/pszenica, mleko/ poledwica z warzywami90g/soja/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>Kefir200ml/mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ kalafior, olej rzepakowy, mąka pszena, majeranek, ziemniaki, pietruszka nać, śmietana-mleko, sól, seler, pietruszka korzeń, pieprz czarny, liść laurowy, pietruszka susz, pieprz ziołowy/, pulpet gotowany100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, bułka-pszenica/, ,sos śmietanowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, mąka pszena,/, ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sałata z oliwą100g/ sałata, cukier, kwasek cytrynowy, olej rzepakowy/ kompot wieloowocowy250ml,/truskawki, jabłka, porzeczką, cukier2g/</u>
Podwieczorek	<u>Ciasteczka owsiane30g/ pszenica, żyto, jęczmień, oves, mleko/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko/, parówka2szt/110g//soja/, pomidor60g, ketchup20g,/ herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3296,4kcal ; Białko ogółem 104,3, T: 120,0g,; W: 456,7; Błonnik 25,4g; kw. tłuszczowe nasycone 48,4g, Sód 6900,1mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, dżem wieloowocowy60g, jabłko1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziołowy, kalafior, mąka pszena, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/,ryż z musem jabłkowym200g z śmietaną100ml/mleko/, kompot wieloowocowy250ml,/truskawki, jabłka, porzeczką, cukier2g/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo mieszane120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, paprykarz50g/ryby/, pomidor90g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2400,3kcal ; Białko ogółem 58,0, T: 80,6g,; W: 366,2; Błonnik 18,5g; kw. tłuszczowe nasycone 42,4g, Sód 2465,7mg	

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