

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 23.05.2026 sobota

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prądziwe15g/ mleko /</u> , <u>salceson dr45g/soja, gorczyca/</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/
II Śniadanie Dzieci	<u>Wafelek1szt/pszenica/</u>
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>kotlet mielony smażony100g/mięso mielone wieprzowe</u> , olej rzepakowy, sól, pieprz, bułka- pszenica , jajko , bułka tarta- pszenica/ <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew</u> , cukier, jabłka/ <u>napój wieloowocowy250ml</u> ,/,cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki,/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>pasztet dr50g/soja, jaja/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>ogórek gruntowy30g</u> , <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2218,8kcal ; Białko ogółem 59,0, T: 92,4g,; W: 299,5; Błonnik 24,4g; kw. tłuszczowe nasycone 34,6g, Sód 3934,6mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>salceson dr45g/soja, gorczyca/</u> , <u>jabłko1szt/100g/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany100g/majeranek</u> , jaja , pieprz czarny, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos koperkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, koper, mąka pszenna ,/, <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew</u> , cukier, jabłka/, <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki,/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>pasztet dr50g/soja, jaja/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>sałata20g</u> , <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2600,5kcal ; Białko ogółem 76,2, T: 78,7g,; W: 416,5; Błonnik 25,5g; kw. tłuszczowe nasycone 32,1g, Sód 5496,8mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>salceson dr45g/soja, gorczyca/</u> , <u>jabłko gotowane1szt/100g/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/
II Śniadanie	<u>budyń200g/budyń, mleko, cukier/</u>
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany100g/majeranek</u> , jaja , pieprz czarny, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos koperkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, koper, mąka pszenna ,/, <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew</u> , cukier, jabłka/, <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczką, truskawki,/
Podwieczorek	<u>Sok pomidorowy150ml</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>pasztet dr50g/soja, jaja/</u> , <u>pomidor60g</u> , <u>sałata20g</u> , <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2747,6kcal ; Białko ogółem 83,3, T: 85,7g,; W: 430,3; Błonnik 26,1g; kw. tłuszczowe nasycone 36,1g, Sód 5683,9mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko /, salceson dr45g/soja, gorczyca</u> /, jabłko gotowane 1szt/100g/, pomidor 60g, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier 10gr, mleko/
Obiad	Zupa krupnik 400ml/ kasza jęczmienna , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany 100g/majeranek, jaja</u> , pieprz czarny, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos koperkowy 100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, koper, mąka pszenna ./, <u>marchewka z jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłka</u> ./, <u>kompot wieloowocowy 250ml/</u> cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki./
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja, jaja</u> /, pomidor 60g, sałata 20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/

Wartości odżywcze: E: 2465,6kcal ; Białko ogółem 75,4, T: 65,5g,; W: 412,4; Błonnik 25,1g;
kw. tłuszczowe nasycone 19,1g, Sód 5191,2mg

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie./graham 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko /, salceson dr45g/soja, gorczyca</u> /, jabłko 1szt/100g/, pomidor 60g, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko/	8
II Śniadanie	<u>budyń b/c 200g</u> /budyń, mleko /	0,3
Obiad	Zupa krupnik 400ml/ kasza jęczmienna , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany 100g/majeranek, jaja</u> , pieprz czarny, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos koperkowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, koper, mąka pszenna ./, <u>marchewka z jabłkiem 150g/marchew, jabłka</u> ./, <u>kompot wieloowocowy 250ml/</u> jabłka, porzeczka, truskawki./	14
Podwieczorek	<u>Sok pomidorowy 150ml</u>	0,2
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja, jaja</u> /, pomidor 60g, sałata 20g, herbata 250ml./herbata czarna./	6

RAZEM 29

Wartości odżywcze: E: 2055,5kcal ; Białko ogółem 64,8, T: 76,4g,; W: 287,6; Błonnik 29,5g;
kw. tłuszczowe nasycone 31,7g, Sód 5120,8mg

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko /, salceson dr45g/soja, gorczyca</u> /, jabłko 1szt/100g/, pomidor 60g, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> , /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier 10gr, mleko/
Obiad	Zupa krupnik 400ml/ kasza jęczmienna , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany 80g/majeranek, jaja</u> , pieprz czarny, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki 200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos koperkowy 100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, koper, mąka pszenna ./, <u>marchewka z jabłkiem 150g/marchew, cukier, jabłka</u> ./, <u>kompot wieloowocowy 250ml/</u> cukier 2g, jabłka, porzeczka, truskawki./
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie/graham 80g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja, jaja</u> /, pomidor 60g, sałata 20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/

Wartości odżywcze: E: 1824,3kcal ; Białko ogółem 50,9, T: 70,1g,; W: 259,2; Błonnik 25,0g;
kw. tłuszczowe nasycone 26,4g, Sód 4785,4mg

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /, salceson dr90g/soja, gorczyca/</u> , jabłko1szt/100g/, <u>pomidor60g, kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa- żyto, jęczmień , cukie10gr, mleko /
II Śniadanie	<u>budyń200g/budyń</u> , mleko , cukier/
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany100g/majeranek, jaja</u> , pieprz czarny, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos koperkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, koper, mąka pszenna ./, <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew, cukier, jabłka/</u> , <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Podwieczorek	<u>Sok pomidorowy150ml</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , ser biały50g/ mleko /, <u>pasztet dr50g/soja, jaja</u> /, <u>pomidor60g, sałata20g, herbata 250ml</u> /herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2932,5kcal ; Białko ogółem 103,6, T: 99,1g.; W: 432,1; Błonnik 26,1g; kw. tłuszczowe nasycone 41,9g, Sód 6018,9mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe.15g/ mleko /</u> , <u>serek kanapkowy50g /mleko/</u> , jabłko1szt/100g/, <u>pomidor60g,kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa- żyto, jęczmień , cukie10gr, mleko /
Obiad	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>kotlet ziemniaczany smażony200g/jaja</u> , mąka pszenna , sól, pieprz, olej rzepakowy, ziemniaki/, <u>marchewka z jabłkiem150g/marchew, cukier, jabłka/</u> <u>napój wieloowocowy250ml</u> ./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślin.15g/ mleko /</u> , <u>jajko2szt, pomidor60g, ogórek gruntowy30g, herbata 250ml</u> /herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2245,3kcal ; Białko ogółem 56,9, T: 65,1g.; W: 294,7; Błonnik 23,6g; kw. tłuszczowe nasycone 26,2g, Sód 2800,0mg	

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

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