

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.05.2026 – poniedziałek

Dla szpitala psychiatrycznego: masło prawdziwe 20g, pieczywo 150g, zupa mleczna 400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki 250g

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku 300ml, ser topiony 50g/mleko/, jabłko 1 szt/100g/, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>soczek owocowy 1 szt./200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/ ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka pszena, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/, pulpet gotowany 100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, marchew/, sos śmietanowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, mąka pszena/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, surówka z ogórka kiszzonego 150g/ogórek kiszony, sól, pieprz, marchew, cebula, olej rzepakowy/, kompot wieloowocowy 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier 2g/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko/, parówka 2 szt/110g//soja/, pomidor 60g, ketchup 20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier 10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2549,2kcal ; Białko ogółem 83,2, T: 107,9g.; W: 322,3; Błonnik 22,9g;
kw. tłuszczowe nasycone 47,0g, Sód 6501,9mg

Dieta łatwostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2 szt/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku 300ml, ser topiony 50g/mleko/, jabłko 1 szt/100g/, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/ ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka pszena, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/, pulpet gotowany 100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, marchew/, sos śmietanowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, Mąka pszena/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, warzywa gotowane 200g/seler, marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ kompot wieloowocowy 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier 2g/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2 szt/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko/, parówka 2 szt/110g//soja/ pomidor 60g ketchup 20g herbata 250ml, /herbata czarna, cukier 10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 2887,0kcal ; Białko ogółem 95,8, T: 112,7g.; W: 396,8; Błonnik 29,2g;
kw. tłuszczowe nasycone 49,8g, Sód 5763,4mg

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2 szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku 300ml, ser topiony 50g/mleko/, jabłko gotowane 1 szt/100g/, pomidor 60g, kawa z mlekiem 250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier 10g/</u>
II Śniadanie	<u>Kisiel 200ml./kisiel, cukier/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa 400ml/ ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka pszena, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/, pulpet gotowany 100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, marchew/, sos śmietanowy 150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, Mąka pszena/, ziemniaki 200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.-mleko/, warzywa gotowane 200g/seler, marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ kompot wieloowocowy 250ml./truskawki, jabłka, porzeczka, cukier 2g/</u>
Podwieczorek	<u>soczek owocowy 1 szt /200ml/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2 szt/110g/żyto, pszenica/, / masło prawdziwe 15g/mleko/, parówka 2 szt/110g//soja/ pomidor 60g, ketchup 20g, herbata 250ml, /herbata czarna, cukier 10g/</u>

Wartości odżywcze: E: 3152,0kcal ; Białko ogółem 95,9, T: 113,7g.; W: 459,4; Błonnik 29,4g;
kw. tłuszczowe nasycone 50,2g, Sód 6574,0mg

Dieta z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>kasza kukurydziana na mleku</u> 300ml, <u>ser topiony</u> 50g/ <u>mleko</u> /, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko</u> , <u>cukier</u> 10g/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa</u> 400ml/ <u>ziele angielskie</u> , <u>pieprz ziołowy</u> , <u>kalafior</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>marchew korzeń</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>por</u> , <u>pietruszkę nać</u> , <u>pietruszkę korzeń</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>seler korzeń</u> , <u>pietruszkę susz</u> , , <u>śmietana-mleko</u> , <u>sól</u> , <u>koper</u> /, <u>pulpet gotowany</u> 80g/ <u>mięso mielone drobiowe</u> , <u>jaja</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz</u> , <u>seler</u> , <u>marchew</u> /, <u>sos śmietanowy</u> 100ml/ <u>pieprz czarny</u> , <u>sól</u> , <u>śmietana- mleko</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>Mąka pszenna</u> /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , <u>sól</u> , <u>jogurt nat.-mleko</u> /, <u>warzywa gotowane</u> 200g/ <u>seler</u> , <u>marchew</u> , <u>pietruszkę</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz</u> , <u>brokuł</u> , <u>kalafior</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>truskawki</u> , <u>jabłka</u> , <u>porzeczka</u> , <u>cukier</u> 2g/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ <u>mleko</u> /, <u>parówka</u> 1szt/55g/ <u>soja</u> / <u>pomidor</u> 60g, <u>ketchup</u> 20g <u>herbata</u> 250ml, /herbata czarna, <u>cukier</u> 10g/
Wartości odżywcze: E: 2733,4kcal ; Białko ogółem 86,0, T: 84,7g.; W: 428,7; Błonnik 28,7g; kw. tłuszczowe nasycone 31,6g, Sód 5963,2mg	

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>kasza kukurydziana na mleku</u> 300ml, <u>ser topiony</u> 50g/ <u>mleko</u> /, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko</u> , /	12
II Śniadanie	<u>kisiel</u> 200 b/c ml./ <u>kisiel</u> ./	0,2
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa</u> 400ml/ <u>ziele angielskie</u> , <u>pieprz ziołowy</u> , <u>kalafior</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>marchew korzeń</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>por</u> , <u>pietruszkę nać</u> , <u>pietruszkę korzeń</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>seler korzeń</u> , <u>pietruszkę susz</u> , , <u>śmietana-mleko</u> , <u>sól</u> , <u>koper</u> /, <u>pulpet gotowany</u> 100g/ <u>mięso mielone drobiowe</u> , <u>jaja</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz</u> , <u>seler</u> , <u>marchew</u> /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/ <u>pieprz czarny</u> , <u>sól</u> , <u>śmietana- mleko</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>mąka pszenna</u> /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , <u>sól</u> , <u>jogurt nat.-mleko</u> /, <u>warzywa gotowane</u> 200g/ <u>seler</u> , <u>marchew</u> , <u>pietruszkę</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz</u> , <u>brokuł</u> , <u>kalafior</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>truskawki</u> , <u>jabłka</u> , <u>porzeczka</u> , /	12
Podwieczorek	<u>Gruszka</u> 130g	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 120g/ <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, /	7
RAZEM		33
Wartości odżywcze: E: 2563,6kcal ; Białko ogółem 84,2, T: 111,0g.; W: 323,68 Błonnik 35,3g; kw. tłuszczowe nasycone 49,6g, Sód 6100,4mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 120g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>ser topiony</u> 50g/ <u>mleko</u> /, <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>pomidor</u> 60g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml, /kawa zbożowa- <u>żyto, jęczmień, mleko</u> , <u>cukier</u> 10g/	
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa</u> 250ml/ <u>ziele angielskie</u> , <u>pieprz ziołowy</u> , <u>kalafior</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>marchew korzeń</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>pieprz czarny</u> , <u>por</u> , <u>pietruszkę nać</u> , <u>pietruszkę korzeń</u> , <u>ziemniaki</u> , <u>seler korzeń</u> , <u>pietruszkę susz</u> , , <u>śmietana-mleko</u> , <u>sól</u> , <u>koper</u> /, <u>pulpet gotowany</u> 80g/ <u>mięso mielone drobiowe</u> , <u>jaja</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz</u> , <u>seler</u> , <u>marchew</u> /, <u>sos śmietanowy</u> 100ml/ <u>pieprz czarny</u> , <u>sól</u> , <u>śmietana- mleko</u> , <u>olej rzepakowy</u> , <u>Mąka pszenna</u> /, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , <u>sól</u> , <u>jogurt nat.-mleko</u> /, <u>warzywa gotowane</u> 100g/ <u>seler</u> , <u>marchew</u> , <u>pietruszkę</u> , <u>sól</u> , <u>pieprz</u> , <u>brokuł</u> , <u>kalafior</u> / <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>truskawki</u> , <u>jabłka</u> , <u>porzeczka</u> , <u>cukier</u> 2g/	
Kolacja	<u>Pieczywopszenno-żytnie/graham</u> 120g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15G/ <u>mleko</u> /, <u>parówka</u> 1szt/55g// <u>soja</u> / <u>pomidor</u> 60g, <u>ketchup</u> 20g, <u>herbata</u> 250ml, /herbata czarna, <u>cukier</u> 10g/	
Wartości odżywcze: E: 1820,8kcal ; Białko ogółem 60,1, T: 84,3g.; W: 224,2; Błonnik 21,7g; kw. tłuszczowe nasycone 30,6g, Sód 4736,9mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/ bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml, ser topiony50g/mleko/, ser biały50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>kisiel200ml,</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka pszenna, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/, <u>pulpet gotowany100g/mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz, seler, marchew/, <u>sos śmietanowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana- mleko, olej rzepakowy, Mąka pszenna/, <u>ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat.- mleko/, <u>warzywa gotowane200g/seler, marchew, pietruszka, sól, pieprz, brokuł, kalafior/ kompot wieloowocowy250ml./truskawki, jabłka, porzeczką, cukier2g/</u></u></u></u></u>
Podwieczorek	<u>chrupki kukurydziane20g</u>
Kolacja	<u>Bułka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/mleko/, parówka 2szt/110g//soja/ pomidor60g, ketchup20g, herbata250ml, /herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 3265,0kcal ; Białko ogółem 107,1, T: 115,6g,; W: 431,0; Błonnik 31,1g; kw. tłuszczowe nasycone 51,3g, Sód 5801,8mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml, ser topiony50g/mleko/, jabłko1szt/100g/, pomidor60g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ ziele angielskie, pieprz ziółowy, kalafior, mąka pszenna, marchew korzeń, olej rzepakowy, pieprz czarny, por, pietruszka nać, pietruszka korzeń, ziemniaki, seler korzeń, pietruszka susz, , śmietana-mleko, sól, koper/,<u>ryż z musem jabłkowym300g i śmietaną100ml/mleko/, <u>kompot wieloowocowy250ml./truskawki, jabłka, porzeczką, cukier2g/</u></u></u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, <u>paprykarz50g/ryby/ , pomidor60g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u></u>
Wartości odżywcze: E: 2299,8kcal ; Białko ogółem 61,7, T: 81,5g,; W: 336,8; Błonnik 19,7g; kw. tłuszczowe nasycone 43,1g, Sód 3198,1mg	

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

**** dokładny skład produktów nie sporządzanych na kuchni (m.im, wędlin, serów, kielbas, pasztetów, serów, pieczywa, masła, smarowanie,kawy), można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym Oddziale.***