

**JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.05.2026 sobota**

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 /, polędwica dr45g/soja, gorczyca/, pomidor60g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10gr, mleko/</u>
<b>II Śniadanie Dzieci</b>	<u>Jogurt owocowy1 szt /150g/mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ napój wieloowocowy250ml./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g, sałata20g herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2088,7kcal ; Białko ogółem 64,6, T: 67,8g;; W: 312,9; Błonnik 20,7g; kw. tłuszczowe nasycone 27,8g, Sód 3574,3mg	

**Dieta łatwostrawna**

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,polędwica dr45g/soja, gorczyca/ pomidor60g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2573,5kcal ; Białko ogółem 77,2, T: 71,3g;; W: 421,3; Błonnik 21,4g; kw. tłuszczowe nasycone 28,3g, Sód 4476,9mg	

**Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)**

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,polędwica dr45g/soja, gorczyca/ pomidor60g, jabłko gotowane1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń200g/budyń, mleko, cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2827,5kcal ; Białko ogółem 86,3, T: 79,0g;; W: 457,8; Błonnik 22,6g; kw. tłuszczowe nasycone 32,5g, Sód 4567,5mg	

### Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /,połędwica dr45g/soja, gorczyca/ pomidor60g, jabłko gotowane1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło roślinne15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2480,3kcal ; Białko ogółem 77,0, T: 60,9g;; W: 421,0; Błonnik 21,4g; kw. tłuszczowe nasycone 15,7g, Sód 4493,4mg	

### Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,połędwica dr45g/soja, gorczyca/ pomidor60g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko/</u>	8
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń b/c200g /budyń, mleko/</u>	2
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>	14
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>	2
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham/120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna,/</u>	6
<b>RAZEM</b>		<b>32</b>
Wartości odżywcze: E: 2135,5kcal ; Białko ogółem 67,9, T: 69,8g;; W: 315,1; Błonnik 26,0g; kw. tłuszczowe nasycone 28,1g, Sód 4004,4mg		

### Dieta o obniżonej wartości energetycznej

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /,połędwica dr45g/soja, gorczyca/ pomidor30g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik250ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham/120g/żyto, pszenica/, masło roślinne15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, pomidor30g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 1850,9kcal ; Białko ogółem 62,5, T: 52,9g;; W: 286,8; Błonnik 22,1g; kw. tłuszczowe nasycone 17,7g, Sód 3564,7mg	

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

<b>Śniadanie</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/ 110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /,połędwica dr90g/soja, gorczyca/ pomidor60g, jabłko 1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
<b>II Śniadanie</b>	<u>budyń200g/budyń, mleko, cukier/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszena, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, makaron200g/pszenica jaja/ z sosem bolońskim150g/marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszena, liść laurowy, mięso gulaszowe wieprzowe, ziele angielskie, majeranek, konc.pom/ kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Podwieczorek</b>	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15G/ mleko/, pasztet dr50g/soja, jaja/, ser biały30g/mleko/ pomidor60g sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2908,1kcal ; Białko ogółem 105,6, T: 80,9g,; W: 458,9; Błonnik 22,6g; kw. tłuszczowe nasycone 33,5g, Sód 4905,7mg	

### **Dieta wegetariańska**

<b>Śniadanie</b>	<u>Pieczywo mieszane120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/ mleko /, serek kanapkowy50g /mleko/, jabłko 1szt/100g/,pomidor 60g,kawa z mlekiem250ml. /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/</u>
<b>Obiad</b>	<u>Zupa krupnik400ml/kasza jęczmienna, pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszena, olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, kotlet ziemniaczany smażony200g/jaja, mąka pszena, sól, pieprz, ziemniaki, olej rzepakowy, bułka tarta-pszenica/,surówka z ogórka kiszzonego150g,/ marchew, pieprz czarny, cukier, olej rzepakowy, ogórek kiszony, cebula/ napój wieloowocowy250ml./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>
<b>Kolacja</b>	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/ mleko /, kabanoski roślinne50g/soja/, pomidor60g, sałata20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2045,9kcal ; Białko ogółem 46,6, T: 61,2g,; W: 288,8; Błonnik 19,9g; kw. tłuszczowe nasycone 23,9g, Sód 3507,6mg	

*\*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.*