

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.06.2026 poniedziałek

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml, pasztetowa50g/soja/, pomidor 100g, jabłko1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko./,</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>Soczek owocowy1szt/200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/ mąka pszena, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy,śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, por, , marchew, brokuł, ziemniaki, koper/, naleśniki smażone2szt/mąka pszena, mleko, olej rzepakowy, jaja, sól, cukier, ser biały-mleko, dżem wieloowocowy, /, sos truskawkowy150ml. /śmietana-mleko, truskawki, cukier/napój wieloowocowy250ml./, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe 15g/mleko/, pasta z ser białego50g/pieprz czarny, , koper, sól, ser biały-mleko, kefir-mleko, /, pomidor60g rzodkiewka40g herbata 250ml/herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2401,4kcal ; Białko ogółem 69,3, T: 86,4g.; W: 345,50g; Błonnik 22,70g; kw. tłuszczowe nasycone 37,30g, Sód 3188,80mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml pasztet dr 50g/soja/, pomidor100g, jabłko1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/, olej rzepakowy, brokuł, mąka pszena, majeranek, ziemniaki, pietruszka, śmietana-mleko, sól, seler, pieprz czarny, liść laurowy, pieprz ziołowy/pulpet gotowany100g/majeranek, mięso mielone drobiowe, jaja, sól, pieprz czarny, bułka-pszenica, /, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszena, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny./, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, szpinak100g/szpinak, śmietana-mleko, mąka pszena, sól/, napój wieloowocowy250ml/cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, pasta z sera białego50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, sałata20g , pomidor80g, herbata250ml./ herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2711,3kcal ; Białko ogółem 89,0,; T: 82,1g.; W: 422,80g; Błonnik 26,20g; kw. tłuszczowe nasycone 36,80g, Sód 5929,7mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>kasza kukurydziana na mleku</u> 300ml <u>pasztet dr</u> 50g/ soja /, <u>pomidor</u> 100g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień</u> , <u>cukier</u> 10g, mleko /
II Śniadanie	<u>Kefir</u> 150ml/ mleko /
Obiad	<u>Zupa brokułowa</u> 400ml/, olej rzepakowy, brokuł, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka, śmietana- mleko , sól, seler , pieprz czarny, liść laurowy, pieprz ziołowy/ <u>pulpet gotowany</u> 100g/majeranek, mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz czarny, bułka- pszenica , /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny./, <u>ziemniaki</u> 200g/jogurt nat.- mleko , ziemniaki, sól/, <u>szpinak</u> 100g/szpinak, śmietana- mleko , mąka pszenna , sól/, <u>napój wieloowocowy</u> 250ml/ <u>cukier</u> 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	<u>Soczek owocowy</u> 1szt/200ml/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ mleko /, <u>pasta z sera białego</u> 50g/ser biały- mleko , kefir- mleko , sól, pieprz, koper/, <u>sałata</u> 20g , <u>pomidor</u> 80g, <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , <u>cukier</u> 10g/

Wartości odżywcze: E: 2833,8kcal ; Białko ogółem 94,1, T: 85,1g.; W: 440,80g; Błonnik 26,4g;
kw. tłuszczowe nasycone 38,60g, Sód 5989,7mg

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinna</u> 15g/ mleko /, <u>kasza kukurydziana na mleku</u> 300ml <u>pasztet dr</u> 50g/ soja /, <u>pomidor</u> 100g, <u>jabłko</u> 1szt/100g/ <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień</u> , <u>cukier</u> 10g, mleko /
Obiad	<u>Zupa brokułowa</u> 400ml/, olej rzepakowy, brokuł, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka, śmietana- mleko , sól, seler , pieprz czarny, liść laurowy, pieprz ziołowy/ <u>pulpet gotowany</u> 80g/majeranek, mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz czarny, bułka- pszenica , /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny./, <u>ziemniaki</u> 200g/jogurt nat.- mleko , ziemniaki, sól/, <u>szpinak</u> 100g/szpinak, śmietana- mleko , mąka pszenna , sól/, <u>napój wieloowocowy</u> 250ml/ <u>cukier</u> 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne</u> 15G/ mleko /, <u>pasta z sera białego</u> 50g/ser biały- mleko , kefir- mleko , sól, pieprz, koper/, <u>sałata</u> 20g , <u>pomidor</u> 80g, <u>herbata</u> 250ml./ <u>herbata czarna</u> , <u>cukier</u> 10g/

Wartości odżywcze: E: 2589,4kcal ; Białko ogółem 88,4, T: 69,9g.; W: 419,80g; Błonnik 25,9g;
kw. tłuszczowe nasycone 23,80g, Sód 5744,9mg

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml pasztet dr 50g/soja/, pomidor100g, jabłko1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko/</u>	9
II Śniadanie	<u>Kefir150ml/mleko/</u>	0,7
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/, olej rzepakowy, brokuł, mąka pszenna, majeranek, ziemniaki, pietruszka, śmietana-mleko, sól, seler, pieprz czarny, liść laurowy, pieprz ziołowy/pulpet gotowany100g/majeranek, mięso mielone drobiowe, jaja, sól, pieprz czarny, bułka-pszenica, /, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny./, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, szpinak100g/szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/, napój wieloowocowy250ml/ jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	12
Podwieczorek	<u>Gruszka1szt/130g/</u>	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, pasta z sera białego50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, sałata20g , pomidor80g, herbata250ml./ herbata czarna,/</u>	6
	RAZEM	30
Wartości odżywcze: E: 2327,9kcal ; Białko ogółem 82,9, T: 82,5g.; W: 325,40g; Błonnik 32,3g; kw. tłuszczowe nasycone 38,10g, Sód 5514,8mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku250ml pasztet dr 50g/soja/, pomidor100g, jabłko1szt/100g/ kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, cukier10g, mleko/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa250ml/, olej rzepakowy, brokuł, mąka pszenna, majeranek, ziemniaki, pietruszka, śmietana-mleko, sól, seler, pieprz czarny, liść laurowy, pieprz ziołowy/pulpet gotowany80g/majeranek, mięso mielone drobiowe, jaja, sól, pieprz czarny, bułka-pszenica/, sos śmietanowy100ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól, pieprz czarny./, ziemniaki200g/jogurt nat.-mleko, ziemniaki, sól/, szpinak100g/szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/, napój wieloowocowy250ml/cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15G/mleko/, pasta z sera białego50g/ser biały-mleko, kefir-mleko, sól, pieprz, koper/, sałata20g , pomidor80g, herbata250ml./ herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 1797,5kcal ; Białko ogółem 66,8, T: 63,4g.; W: 248,40g; Błonnik 23,0g; kw. tłuszczowe nasycone 22,60g, Sód 4408,8mg	

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej / bogatobiałkowa

Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>kasza kukurydziana na mleku300ml</u> pasztet dr 50g/ soja /, <u>poledwica30g/soja</u> /, <u>pomidor100g</u> , <u>jabłko1szt/100g</u> / <u>kawa z mlekiem250ml</u> /kawa zbożowa- żyto, jęczmień , cukier10g, mleko /
II Śniadanie	<u>Kefir150ml/mleko</u> /
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml</u> /, olej rzepakowy, brokuł, mąka pszenna , majeranek, ziemniaki, pietruszka, śmietana- mleko , sól, seler , pieprz czarny, liść laurowy, pieprz ziołowy/ <u>pulpet gotowany100g</u> /majeranek, mięso mielone drobiowe, jaja , sól, pieprz czarny, bułka- pszenica , /, <u>sos śmietanowy150ml</u> /marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól, pieprz czarny./, <u>ziemniaki200g</u> /jogurt nat.- mleko , ziemniaki, sól/, <u>szpinak100g</u> /szpinak, śmietana- mleko , mąka pszenna , sól/, <u>napój wieloowocowy250ml</u> /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	<u>Soczek owocowy1szt/200ml</u> .
Kolacja	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15G/mleko</u> /, <u>pasta z sera białego100g</u> /ser biały- mleko , kefir- mleko , sól, pieprz, koper/, sałata20g , <u>pomidor80g</u> , <u>herbata250ml</u> ./ herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2928,8kcal ; Białko ogółem 110,6; T: 87,8g.; W: 442,90g; Błonnik 26,4g; kw. tłuszczowe nasycone 40,20g, Sód 6627,90mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>kasza kukurydziana na mleku300ml</u> , serek kanapkowy50g/ mleko /, <u>pomidor 100g</u> , <u>jabłko1szt/100g</u> / <u>kawa z mlekiem250ml</u> /kawa zbożowa- żyto, jęczmień , cukier10g, mleko ./,
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml</u> / mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy,śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, por, , marchew, brokuł, ziemniaki, koper/, <u>kotlet z jajek smażony80g/jaja</u> , sól,pierz, mąka ziemniaczana, olej rzepakowy/ <u>ziemniaki200g</u> /jogurt nat.- mleko , ziemniaki, sól/, <u>szpinak100g</u> /szpinak, śmietana- mleko , mąka pszenna , sól/, <u>napój wieloowocowy250ml</u> /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>pasta z sera białego50g</u> /pieprz czarny, , koper, sól, ser biały- mleko , kefir- mleko , /, <u>pomidor60g</u> <u>rzodkiewka40g</u> herbata <u>250ml</u> /herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2240,5kcal ; Białko ogółem 77,9, T: 74,3g.; W: 326,6g; Błonnik 25,6g; kw. tłuszczowe nasycone 32,20g, Sód 5705,2mg	

**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.*