

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 17.06.2026 - środa

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe 15g/mleko/, makaron na mleku300ml/makaron-pszenica, jaja, mleko/, salceson dr45g/soja/, ogórek kiszony100g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>banan1szt/200g/</u>
Obiad	<u>Zupa Barszcz biały 400ml/seler, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszena, liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana-mleko sól/, gołąbki2szt/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe,kapusta biała , sól/, sos pomidorowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszena, /kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, ser żółty50g/mleko/, pomidor80g, sałata20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2559,5kcal ; Białko ogółem 82,4, T: 105,0g,; W: 331,7g; Błonnik 22,0g; kw. tłuszczowe nasycone 46,60g, Sód 5416,6mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g//żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, makaron na mleku300ml/pszenica, jaja, mleko/, salceson dr 45g/soja./, jabłko1szt/100g/, pomidor100g kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa Barszcz biały 400ml/seler, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszena, liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana-mleko sól/, risotto350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, , sól/, sos pomidorowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszena, /kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, pomidor80g, sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2834,0kcal ; Białko ogółem 88,2, T: 86,7g,; W: 441,2g; Błonnik 21,3g; kw. tłuszczowe nasycone 37,9g, Sód 5326,2mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g//żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, makaron na mleku300ml/pszenica, jaja, mleko/, salceson dr 45g/soja./, jabłko gotowane1szt/100g/, pomidor100g kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie	<u>kisiel200g/kisiel, cukier/</u>
Obiad	<u>Zupa Barszcz biały 400ml/seler, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszena, liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana-mleko sól/, risotto350g/ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, , sól/, sos pomidorowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszena, /kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>
Podwieczorek	<u>jogurt owocowy 1szt /150g/ /mleko/</u>
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/110g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, serek kanapkowy50g/mleko/, pomidor80g, sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/</u>
Wartości odżywcze: E: 2883,9kcal ; Białko ogółem 88,3, T: 86,8g,; W: 453,6g; Błonnik 21,3g; kw. tłuszczowe nasycone 37,9g, Sód 5342,3mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>makaron na mleku</u> 300ml/ <u>pszenica, jaja, mleko</u> /, <u>szynka dr</u> 45g/ <u>soja</u> ./, <u>jabłko gotowane</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 100g <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/
Obiad	Zupa Barszcz biały 400ml/ <u>seler</u> , pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana- mleko sól/, <u>risotto</u> 350g/ <u>ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, , sól/, sos pomidorowy</u> 150ml/ <u>pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>cukier</u> 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15G/ <u>mleko</u> /, <u>serek kanapkowy</u> 50g/ <u>mleko</u> /, <u>pomidor</u> 80g, <u>sałata</u> 20g <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, <u>cukier</u> 10g/
Wartości odżywcze: E: 2605,3kcal ; Białko ogółem 92,1, T: 62,3g.; W: 434,7g; Błonnik 22,1g; kw. tłuszczowe nasycone 18,90g, Sód 5611,1mg	

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>makaron na mleku</u> 300ml/ <u>pszenica, jaja, mleko</u> /, <u>salceson dr</u> 45g/ <u>soja</u> ./, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 100g <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko</u> /	12
II Śniadanie	<u>Kisiel b/c</u> 200g/ <u>kisiel</u> ./	0,3
Obiad	Zupa Barszcz biały 400ml/ <u>seler</u> , pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana- mleko sól/, <u>risotto</u> 350g/ <u>ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, , sól/, sos pomidorowy</u> 150ml/ <u>pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>cukier</u> 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/	13
Podwieczorek	<u>Jogurt nat</u> 1szt/150g/ <u>mleko</u> /	1
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 120g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ <u>mleko</u> /, <u>serek kanapkowy</u> 50g/ <u>mleko</u> /, <u>pomidor</u> 80g, <u>sałata</u> 20g <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, /	6
RAZEM		32
Wartości odżywcze: E: 2379,3kcal ; Białko ogółem 83,6, T: 87,5g.; W: 321,4g; Błonnik 24,7g; kw. tłuszczowe nasycone 39,50g, Sód 4982,5mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham</u> 80g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15g/ <u>mleko</u> /, <u>makaron na mleku</u> 250ml/ <u>pszenica, jaja, mleko</u> /, <u>salceson dr</u> 45g/ <u>soja</u> ./, <u>jabłko</u> 1szt/100g/, <u>pomidor</u> 100g <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier</u> 10g/	
Obiad	Zupa Barszcz biały 250ml/ <u>seler</u> , pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana- mleko sól/, <u>risotto</u> 250g/ <u>ryż, marchew, seler, pietruszka, mięso mielone drobiowe, , sól/, sos pomidorowy</u> 100ml/ <u>pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna, /kompot wieloowocowy</u> 250ml./ <u>cukier</u> 2g, jabłka, porzeczka, truskawka/	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 80g/ <u>żyto, pszenica</u> /, <u>masło roślinne</u> 15G/ <u>mleko</u> /, <u>serek kanapkowy</u> 50g/ <u>mleko</u> /, <u>pomidor</u> 80g, <u>sałata</u> 20g <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, <u>cukier</u> 10g/	
Wartości odżywcze: E: 1840,8kcal ; Białko ogółem 65,7, T: 66,7g.; W: 255,1g; Błonnik 18,0g; kw. tłuszczowe nasycone 23,40g, Sód 3932,2mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej / bogatobiałkowa

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/ pszenica, jaja, mleko /, salceson dr 90g/ soja ./, jabłko1szt/100g/, pomidor100g kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
II Śniadanie	Serek wiejski120g/ mleko /
Obiad	Zupa Barszcz biały 400ml/ seler , pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana- mleko sól/, risotto 350g/ryż, marchew, seler , pietruszka, mięso mielone drobiowe, , sól/, sos pomidorowy 150ml/ pieprz czarny, sól, śmietana- mleko , olej rzepakowy, konc.pom., mąka pszenna , / kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	jogurt owocowy 1szt /150g/ / mleko /
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15G/ mleko /, serek kanapkowy50g/ mleko /, ser żółty30g/ mleko /, pomidor80g, sałata20g herbata250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 3204,8 kcal ; Białko ogółem 118,9, T: 100,3g.; W: 441,2g; Błonnik 21,3g; kw. tłuszczowe nasycone 51,70g, Sód 6418,0mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120g/ żyto, pszenica ./, masło prawdziwe 15g/ mleko /, makaron na mleku300ml/makaron- pszenica, jaja, mleko /, kabanoski roślinne/ soja /, ogórek kiszony100g, jabłko1szt/100g/, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	Zupa Barszcz biały 400ml/ seler , pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna , liść laurowy, pietruszka, por, ziemniaki, marchew, pieprz ziołowy, majeranek, ziele angielskie, śmietana- mleko sól/, ryż z musem jabłkowym250g, i śmietaną100ml/ mleko / kompot wieloowocowy250ml./ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie120g/ żyto, pszenica /, masło prawdziwe15g/ mleko /, ser żółty50g/ mleko /, pomidor80g, sałata20g herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2485,6kcal ; Białko ogółem 68,5, T: 88,8g.; W: 358,5; Błonnik 17,5g; kw. tłuszczowe nasycone 51,70g, Sód 4072,1mg	

**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.*