

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.06.2026- czwartek

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

Dieta ogólna

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie 120g/żyto, pszenica/</u> , masło prawdziwe15g/mleko/, <u>zacierka na mleku300ml/mleko, jajko</u> , mąka pszenna, cukier, sól/, <u>pasztet dr.50g/jaja, soja</u> /, pomidor80g, sałata20g, , <u>kawa z mlekiem250ml</u> ./kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10/
II Śniadanie Dzieci	<u>Ciasteczka kruche30g/pszenica, jaja/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/ pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko, sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, , seler/</u> , <u>kotlet mielony smażony100g</u> /mięso mielone wieprzowe, jaja , bułka tarta- pszenica , sól, pieprz, olej rzepakowy, bułka- pszenica/ ziemniaki200g /ziemniaki, sól, jogurt nat.- mleko /, <u>kapusta zasmażana200g</u> /kapusta, biała, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , koper, majeranek, kwasek cytrynowy, cebula, sól, pieprz/, <u>kompot wielowocowy250ml /cukier5g</u> ,truskawki, porzeczka, jabłka/,
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/ żyto, pszenica/</u> , masło prawdziwe15g/mleko/, <u>parówka2szt/110g//soja/</u> , pomidor100g, ketchup20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g,/
Wartości odżywcze: E: 2624,4kcal ; Białko ogółem 79,50, T: 110,2g;; W: 318,8; Błonnik 24,2g; kw. tłuszczowe nasycone 43,9g, Sód 6099,4mg	

Dieta lekkostrawna

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica/</u> , masło prawdziwe15g/mleko/, <u>zacierka na mleku300ml/mleko, jajko</u> , mąka pszenna, cukier, sól/, <u>pasztet dr.50g/soja/</u> , pomidor80g sałata20g, <u>kawa z mlekiem250ml</u> ./kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/ pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko, sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler/</u> . <u>pulpet gotowany100g/</u> , olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki200g</u> /ziemniaki, sól, jogurt nat.- mleko /, <u>sos śmietanowy150ml</u> /marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól pieprz/, <u>marchewka z jabłkiem150g</u> /marchew, jabłko, cukier/, <u>kompot wielowocowy250ml</u> ./ cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,
Kolacja	<u>Bułka kajzerka 2szt/100g/żyto, pszenica/</u> , masło prawdziwe15G/mleko/, / <u>parówka2szt/10g//soja/</u> , pomidor100g, ketchup20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g,/
Wartości odżywcze: E: 2945,4kcal ; Białko ogółem 95,4, T: 98,8g;; W: 439,4; Błonnik 26,2g; kw. tłuszczowe nasycone 40,8g, Sód 6566,4mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe 15g/mleko</u> /, <u>zacierka na mleku 300ml/mleko, jajko</u> , mąka pszenna , cukier, sól/, <u>pasztet dr. 50g/soja</u> /, <u>pomidor 60g sałata 20g</u> /, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier 10g/
II Śniadanie	<u>Soczek owocowy 1 szt/200ml</u> /
Obiad	<u>Zupa brokułowa 400ml</u> / <u>pietruszką, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko</u> , sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler /, <u>pulpet gotowany 100g</u> /, olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>sos śmietanowy 150ml</u> /marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól pieprz/, <u>marchewka z jabłkiem 150g</u> /marchew, jabłko, cukier/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./ cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,
Podwieczorek	<u>ciasteczka kruche 30g/pszenica, jaja</u> /
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/100g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe 15G/mleko</u> /, / <u>parówka 2szt/110g/soja</u> /, <u>pomidor 100g, ketchup 20g, herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier 10g./
Wartości odżywcze: E: 3095,8kcal ; Białko ogółem 97,80, T: 102,4g.; W: 472,0; Błonnik 26,6g; kw. tłuszczowe nasycone 42,4g, Sód 6569,7mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu

Śniadanie	Bułka kajzerka 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15g/mleko</u> /, <u>zacierka na mleku 300ml/mleko, jajko</u> , mąka pszenna , cukier, sól/, <u>pasztet dr. 50g/soja</u> /, <u>pomidor 60g sałata 20g</u> /, <u>kawa z mlekiem 250ml</u> /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier 10g/
Obiad	<u>Zupa brokułowa 400ml</u> / <u>pietruszką, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko</u> , sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler /, <u>pulpet gotowany 80g</u> /, olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki 200g/ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>sos śmietanowy 100ml</u> /marchew, mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól pieprz/, <u>marchewka z jabłkiem 150g</u> /marchew, jabłko, cukier/, <u>kompot wieloowocowy 250ml</u> ./ cukier 5g, truskawki, porzeczka, jabłka/,
Kolacja	Bułka kajzerka 2szt/100g/ żyto, pszenica /, <u>masło roślinne 15G/mleko</u> /, <u>ser biały z koperkiem 50g</u> /ser biały- mleko , sól, pieprz, koper/, <u>pomidor 100g, herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier 10g./
Wartości odżywcze: E: 2613,3kcal ; Białko ogółem 85,20, T: 64,0g.; W: 439,6; Błonnik 26,7g; kw. tłuszczowe nasycone 22,3g, Sód 6440,7mg	

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów

		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/mleko/, zacierka na mleku300ml/mleko, jajko,mąka pszenna, cukier, sól/, pasztet dr.50g/soja/, pomidor80g sałata20g, kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko./</u>	11
II Śniadanie	<u>Pieczywo chrupkie30g/żyto/</u>	2
Obiad	<u>Zupa brokułowa400ml/ pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko, sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler/, pulpet gotowany100g/, olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy150ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól pieprz/, marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłko, cukier/, kompot wieloowocowy250ml/,truskawki, porzeczka, jabłka/,</u>	12
Podwieczorek	<u>Jogurt nat. 1Szt/150g/mleko/</u>	1
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, / parówka2szt/110g//soja/, pomidor100g, ketchup20g, herbata 250ml./herbata czarna, /</u>	7
	RAZEM	33
Wartości odżywcze: E: 2591,4kcal ; Białko ogółem 93,4 T: 93,7g.; W: 339,5; Błonnik 29,6g; kw. tłuszczowe nasycone 42,3g, Sód 6206,7mg		

Dieta o obniżonej wartości energetycznej

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/mleko/, zacierka na mleku250ml/mleko, jajko,mąka pszenna, cukier, sól/, pasztet dr.50g/soja/, pomidor80g, sałata20g, kawa z mlekiem250ml/kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa brokułowa250ml/ pietruszka, brokuł, ziemniaki, śmietana-mleko, sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler/, pulpet gotowany80g/, olej rzepakowy, jaja, mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., ziemniaki200g/ziemniaki, sól, jogurt nat-mleko/, sos śmietanowy100ml/marchew, mąka pszenna, olej rzepakowy, pietruszka, seler, śmietana-mleko, sól pieprz/, marchewka z jabłkiem150g/marchew, jabłko, cukier/, kompot wieloowocowy250ml./ cukier 5g,truskawki, porzeczka, jabłka/,</u>
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15G/mleko/, ser biały z koperkiem50g/ser biały-mleko, sól, pieprz, koper/,pomidor100g, ketchup20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g./</u>
Wartości odżywcze: E: 1799,0kcal ; Białko ogółem 62,90, T: 59,3g.; W: 263,7; Błonnik 23,9g; kw. tłuszczowe nasycone 21,1g, Sód 4904,5 mg	

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa

Śniadanie	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ mleko, jajko , <u>mąka pszenna</u> , cukier, sól/, <u>paszтет dr.</u> 50g/ soja /, <u>ser biały</u> 50g/ mleko / <u>pomidor</u> 80g <u>sałata</u> 20g, <u>kawa z mlekiem</u> 250ml/ <u>kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko</u> , cukier10g/
II Śniadanie	<u>Soczek owocowy</u> 1szt/200ml/
Obiad	<u>Zupa brokułowa</u> 400ml/ <u>pietruska</u> , brokuł, ziemniaki, śmietana- mleko , sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler /. <u>pulpet gotowany</u> 100g/, olej rzepakowy, jaja , mięso mielone drobiowe, sól, , pieprz czarny/., <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /, <u>sos śmietanowy</u> 150ml/ <u>marchew</u> , mąka pszenna , olej rzepakowy, pietruszka, seler , śmietana- mleko , sól pieprz/, <u>marchewka z jabłkiem</u> 150g/ <u>marchew</u> , jabłko, cukier/, <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml./ cukier 5g, <u>truskawki</u> , porzeczka, jabłka/,
Podwieczorek	<u>ciasteczka owsiane</u> 30g/ pszenica,owies, żyto, jęczmień /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka</u> 2szt/100g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15G/ mleko /, / <u>parówka</u> 1szt/55g/ soja /, <u>połędwica dr.</u> 45g/ soja /, <u>pomidor</u> 100g, <u>ketchup</u> 20g, <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g./
Wartości odżywcze: E: 3071,7kcal ; Białko ogółem 110,10, T: 92,0g.; W: 469,3; Błonnik 30,2g; kw. tłuszczowe nasycone 38,4g, Sód 6593,5mg	

Dieta wegetariańska

Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /. <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>zacierka na mleku</u> 300ml/ mleko, jajko , <u>mąka pszenna</u> , cukier, sól/, <u>paszтет sojowy</u> 50g/ soja / <u>pomidor</u> 80g, <u>sałata</u> 20g., <u>kawa z mlekiem</u> 250ml./ <u>kawa zbożowa, mleko</u> , cukier10/
Obiad	<u>Zupa brokułowa</u> 400ml/ <u>pietruska</u> , brokuł, ziemniaki, śmietana- mleko , sól, marchew, por, koper, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, mąka pszenna, seler /. <u>jajko sadzone</u> 2szt/ jajka , sól, pieprz, olej rzepakowy/, <u>ziemniaki</u> 200g/ <u>ziemniaki</u> , sól, jogurt nat- mleko /. <u>marchewka z jabłkiem</u> 150g/ <u>marchew</u> , jabłko, cukier/, <u>kompot wieloowocowy</u> 250ml / cukier5g , <u>truskawki</u> , porzeczka, jabłka/,
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie</u> 120g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe</u> 15g/ mleko /, <u>ser kanapkowy</u> 50g/ mleko /, <u>pomidor</u> 100g, <u>herbata</u> 250ml./herbata czarna, cukier10g./
Wartości odżywcze: E: 2155,7kcal ; Białko ogółem 70,00, T: 71,8g.; W: 318,9; Błonnik 25,1g; kw. tłuszczowe nasycone 31,2g, Sód 4224,1mg	

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

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