

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.07.2026 poniedziałek

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

Dieta ogólna	
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto,pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe 15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> , <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , <u>sałata20g</u> , <u>pomidor80g/ kawa z mlekiem250ml</u> , <u>/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
II Śniadanie Dzieci	<u>soczek owocowy1szt./200ml/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-pszenica, jaja</u> , sól, olej rzepakowy/, <u>sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe</u> , sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler , konc.pom., / <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ,/cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj</u> , marchew, seler , pietruszka, sól, pieprz/, <u>pomidor100g herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2135,8kcal ; Białko ogółem 72,9, T: 77,9g,; W: 320,8; Błonnik 21,8g; kw. tłuszczowe nasycone 34,5g, Sód 4575,6mg	

Dieta lekkostrawna	
Śniadanie	<u>Bułka kajzerka1szt/55g/żyto,pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/</u> , <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , <u>sałata20g</u> , <u>pomidor80g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , <u>/kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-pszenica, jaja</u> , sól, olej rzepakowy/, <u>sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe</u> , sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler , konc.pom., / <u>kompot wieloowocowy250ml</u> ,/cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	<u>Bułka kajzerka1szt/55g/żyto, pszenica/.</u> , <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , <u>pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj</u> , marchew, seler , pietruszka, sól, pieprz/, <u>pomidor100g herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2151,8kcal ; Białko ogółem 70,5, T: 77,8g,; W: 316,7; Błonnik 19,4g; kw. tłuszczowe nasycone 34,3g, Sód 4393,2mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)	
Śniadanie	Bułka kajzerka1 szt/55g/ żyto,pszenica /., <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , kasza kukurydziana na mleku300ml/ pszenica, mleko /, <u>mielonka tyrolska45g/soja/</u> , sałata20g, pomidor80g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
II Śniadanie	<u>kisiel200ml,</u>
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/</u> , <u>sos boloński150g/mięso</u> gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler , konc.pom., / <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	Wafle ryżowe30g/ sezam /
Kolacja	Bułka kajzerka1 szt/55g/ żyto, pszenica /., <u>masło prawdziwe15g/mleko/</u> , pasta z ryby z warzywami50g/ ryba -mintaj, marchew, seler , pietruszka, sól, pieprz/, <u>pomidor100g, herbata 250ml,</u> /herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2254,1kcal ; Białko ogółem 73,1, T: 78,9g,; W: 353,0; Błonnik 20,6g; kw. tłuszczowe nasycone 34,6g, Sód 4409,3mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
Śniadanie	Bułka kajzerka1 szt/55g/ żyto,pszenica /., <u>masło roślinne15g/mleko/</u> , kasza kukurydziana na mleku300ml/ pszenica, mleko /, <u>połędwica dr45g/soja/</u> , sałata20g, pomidor80g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/</u> mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/</u> , <u>sos boloński150g/mięso</u> gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler , konc.pom., / <u>kompot wieloowocowy250ml/</u> cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	Bułka kajzerka1 szt/55g/ żyto, pszenica /., <u>masło rośl.15g/mleko/</u> , pasta z ryby z warzywami50g/ ryba -mintaj, marchew, seler , pietruszka, sól, pieprz/, <u>pomidor100g herbata 250ml,</u> /herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2001,4kcal ; Białko ogółem 70,3, T: 67,5g,; W: 316,5; Błonnik 19,4g; kw. tłuszczowe nasycone 21,7g, Sód 4409,7mg	

<i>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</i>		
		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto,pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko/, mielonka tyrolska45g/soja/, sałata20g, pomidor80g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, /</u>	11
II Śniadanie	<u>kisiel b/c200 ml,</u>	0,2
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml/ mąka pszenna, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/, sos boloński150g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., / kompot wieloowocowy250ml,/ jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	12
Podwieczorek	<u>Wafle ryżowe30g/sezam/</u>	2
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/., masło prawdziwe15g/mleko/, pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/, pomidor100g, herbata 250ml,/herbata czarna, /</u>	7
RAZEM		32
Wartości odżywcze: E: 2187,4kcal ; Białko ogółem 76,9, T: 79,1g,; W: 325,1; Błonnik 27,5g; kw. tłuszczowe nasycone 34,5g, Sód 4694,1mg		

<i>Dieta o obniżonej wartości energetycznej</i>		
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto,pszenica/., masło roślinne15g/mleko/, mielonka tyrolska45g/soja/, sałata20g, pomidor80g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko, cukier10g/</u>	
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa250ml/ mąka pszenna, pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana-mleko, pietruszka, seler, sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, makaron200g/makaron-pszenica, jaja, sól, olej rzepakowy/, sos boloński100g/mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler, konc.pom., / kompot wieloowocowy250ml,/cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/., masło roślinne15g/mleko/, pasta z ryby z warzywami50g/ryba-mintaj, marchew, seler, pietruszka, sól, pieprz/, pomidor100g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>	
Wartości odżywcze: E: 1532,3kcal ; Białko ogółem 56,0, T: 57,0g,; W: 231,3; Błonnik 19,0g; kw. tłuszczowe nasycone 16,9g, Sód 3870,0mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa	
Śniadanie	Bułka kajzerka1szt/55g/ żyto, pszenica ./, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>kasza kukurydziana na mleku400ml/pszenica, mleko</u> /, <u>mielonka tyrolska90g/soja</u> /, <u>sałata20g</u> , <u>pomidor80g</u> , <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
II Śniadanie	Serek wiejski120g/ mleko /
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa500ml</u> / mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>makaron250g/makaron-pszenica, jaja</u> , sól, olej rzepakowy/, <u>sos boloński150g</u> /mięso gulaszowe wieprzowe, sól, cebula, liść laurowy, mąka pszenna , olej rzepakowy, ziele angielskie, papryka czerwona słodka, pieprz czarny, marchew, majeranek, seler , konc.pom., / <u>kompot wieloowocowy250ml</u> /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Podwieczorek	Wafle ryżowe30g/ sezam /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka1szt/55g/żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe.15g/mleko</u> /, <u>pasta z ryby z warzywami100g/ryba</u> -mintaj, marchew, seler , pietruszka, sól, pieprz/, <u>pomidor100g</u> , <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2442,2kcal ; Białko ogółem 105,5, T: 90,1g.; W: 367,2; Błonnik 21,8g; kw. tłuszczowe nasycone 41,8g, Sód 4937,1mg	

Dieta wegetariańska	
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>kasza kukurydziana na mleku300ml/pszenica, mleko</u> /, <u>dżem wieloowocowy60g</u> , <u>ser topiony17,5g/mleko</u> /, <u>jabłko1szt/100g</u> / <u>kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa- żyto, jęczmień, mleko , cukier10g/
Obiad	<u>Zupa kalafiorowa400ml</u> / mąka pszenna , pieprz ziołowy, pieprz czarny, olej rzepakowy, śmietana- mleko , pietruszka, seler , sól, pietruszka, por, , marchew,, kalafior, ziemniaki, koper/, <u>ryż z musem jabłkowym300g i jogurtem nat100ml/mleko</u> / <u>kompot wieloowocowy250ml</u> , /cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawka/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe15g/mleko</u> /, <u>pasta z ryby z warzywami50g/ryba</u> -mintaj, marchew, seler , pietruszka, sól, pieprz/, <u>pomidor100g</u> , <u>herbata 250ml</u> ,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2118,3kcal ; Białko ogółem 59,3, T: 52,0g.; W: 357,6; Błonnik 20,3g; kw. tłuszczowe nasycone 29,3g, Sód 3332,6mg	

**substancje i produkty powodujące Alergie lub reakcje nietolerancji zostały pogrubione*
**dokładny skład produktów nie sporządzonych na kuchni (m.in., wędlin, dżemów, kielbas, pasztetów, serów, pieczywa, kawy zbożowe, masła roś., smarowania), można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.*