

JADŁOSPIS NA DZIEŃ 25.07.2026- sobota

Dla szpitala psychiatrycznego: masło20g, pieczywo150g, zupa mleczna400ml, zupa do obiadu 500ml, ziemniaki250g

Dieta ogólna	
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor80g, kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/
II Śniadanie Dzieci	banan1szt
Obiad	Zupa grochowa400ml/majeranek, sól, marchew, seler, por, pieprz ziołowy, ziele angielskie, mąka pszenna, olej rzepakowy, cebula, groch łuskany, liść laurowy, pieprz, ziemniaki, pietruszka/,kaszanka z cebulką pieczona150g/kaszanka-kasza jęczmienna, cebula, olej rzepakowy/, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, surówka z kiszonej kapusty150g./ kapusta kiszona, marchew, pieprz, olej rzepakowy/ napój wieloowocowy250ml./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Kolacja	Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica/,masło prawdziwe15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor80g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2102,8kcal ; Białko ogółem 66,8, T: 86,8g,; W: 305,3; Błonnik 30,6g; kw. tłuszczowe nasycone 33,4g, Sód 4899,4mg	

Dieta lekkostrawna	
Śniadanie	Bułka kajzerka1szt/55g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor80g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/
Obiad	Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna/,szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Kolacja	Bułka kajzerka1szt/55g/żyto, pszenica/,masło prawdziwe15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor80g, sałata20g, herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2120,6kcal ; Białko ogółem 62,7, T: 72,8g,; W: 280,1; Błonnik 19,7g; kw. tłuszczowe nasycone 31,1g, Sód 4778,8mg	

Dieta łatwostrawna (ew. z indywidualną modyfikacją)	
Śniadanie	Bułka kajzerka1 szt/55g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor80g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10gr, mleko/
II Śniadanie	budyń200g/budyń, mleko, cukier/
Obiad	Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna/,szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Podwieczorek	Kefir150ml/mleko/
Kolacja	Bułka kajzerka1 szt/55g/żyto, pszenica/,masło prawdziwe15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor80g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2217,2kcal ; Białko ogółem 74,4, T: 82,6g,; W: 299,8; Błonnik 19,7g; kw. tłuszczowe nasycone 36,8g, Sód 4926,4mg	

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	
Śniadanie	Bułka kajzerka1 szt/55g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor80g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukier10gr, mleko/
Obiad	Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna/,szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Kolacja	Bułka kajzerka1 szt/55g/żyto, pszenica/,masło roślinne15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor80g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2105,5kcal ; Białko ogółem 61,9, T: 59,6g,; W: 276,1; Błonnik 19,3g; kw. tłuszczowe nasycone 18,0g, Sód 4473,0mg	

<i>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów</i>		
		WW
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/, masło prawdziwe15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor80g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, mleko/</u>	8
II Śniadanie	<u>budyń b/c200g /budyń, mleko/</u>	0,3
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany100g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna/,szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>	12
Podwieczorek	<u>Kefir150ml/mleko/</u>	0,7
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham120g/żyto, pszenica/,masło prawdziwe15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor80g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna,/</u>	6
RAZEM		27
Wartości odżywcze: E: 2120,6kcal ; Białko ogółem 72,2, T: 76,3g,; W: 272,5; Błonnik 26,7g; kw. tłuszczowe nasycone 33,0g, Sód 5121,3mg		

<i>Dieta o obniżonej wartości energetycznej</i>		
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/, masło roślinne15g/ mleko /, pasztet dr.50g/ soja, jaja/, sałata20g, pomidor80g,kawa z mlekiem250ml, /kawa zbożowa-żyto, jęczmień, cukie10gr, mleko/</u>	
Obiad	<u>Zupa selerowa250ml/ pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler, mąka pszenna, olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana-mleko, ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, pulpet gotowany80g/majeranek, jaja, pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, ziemniaki200g/jogurt nat-mleko, ziemniaki, sól/, sos pietruszkowy100ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko, olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna/,szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko, mąka pszenna, sól/ kompot wieloowocowy250ml,/ cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/</u>	
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie/graham80g/żyto, pszenica/,masło roślinne15g/ mleko /, mielonka tyrolska45g/soja/, pomidor80g, sałata20g, herbata 250ml,/herbata czarna, cukier10g/</u>	
Wartości odżywcze: E: 1553,8kcal ; Białko ogółem 58,6, T: 59,6g,; W: 230,9; Błonnik 22,0g; kw. tłuszczowe nasycone 18,1g, Sód 4285,9mg		

Dieta o zwiększonej wartości energetycznej/bogatobiałkowa	
Śniadanie	Bułka kajzerka2szt/110g/ żyto, pszenica /, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>pasztet dr.50g/ soja, jaja</u> /, <u>połędwica dr.45g/soja</u> /, <u>sałata20g, pomidor80g,kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa- żyto, jęczmień , cukier10gr, mleko /
II Śniadanie	<u>budyń200g/budyń</u> , mleko , cukier/
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/</u> pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>pulpet gotowany100g/majeranek</u> , jaja , pieprz czarny, ryż, sól, mięso mielone drobiowe, /, <u>ziemniaki200g/jogurt nat-mleko</u> , ziemniaki, sól/, <u>sos pietruszkowy150ml/pieprz czarny, sól, śmietana-mleko</u> , olej rzepakowy, pietruszka, mąka pszenna /, <u>szpinak150g /szpinak, śmietana-mleko</u> , mąka pszenna , sól/ <u>kompot wieloowocowy250ml</u> /, cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Podwieczorek	Kefir150ml/ mleko /
Kolacja	<u>Bułka kajzerka2szt/110g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>mielonka tyrolska90g/soja</u> /, <u>ser topiony1szt/17,5g/mleko</u> /. <u>pomidor80g, sałata20g herbata 250ml</u> ./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2699,6kcal ; Białko ogółem 107,7, T: 91,2g,; W: 418,2; Błonnik 23,3g; kw. tłuszczowe nasycone 43,1g, Sód 6010,5mg	

Dieta wegetariańska	
Śniadanie	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> ./, <u>masło prawdziwe15g/ mleko /</u> , <u>serek kanapkowy50g /mleko</u> /, <u>pomidor80g, sałata20g,kawa z mlekiem250ml</u> , /kawa zbożowa- żyto, jęczmień , cukier10gr, mleko /
Obiad	<u>Zupa selerowa400ml/</u> , pietruszka, marchew, pieprz czarny, seler , mąka pszenna , olej rzepakowy, , por, pietruszka, sól, pieprz ziołowy, śmietana- mleko , ziele angielskie, ziemniaki, majeranek/, <u>kotlet ziemniaczany smażony200g/jaja</u> , mąka pszenna , sól, pieprz, olej rzepakowy ziemniaki/, <u>surówka z kiszonej kapusty150g/</u> kapusta kiszona, marchew, <u>pieprz, olej rzepakowy/ napój wieloowocowy250ml</u> ./,cukier2g, jabłka, porzeczka, truskawki,/
Kolacja	<u>Pieczywo pszenno-żytnie120g/żyto, pszenica</u> /, <u>masło prawdziwe 15g/ mleko /</u> , <u>konserwa rybna50g/ryba i produkty pochodne</u> /, <u>pomidor100g, jabłko1szt/100g/</u> , herbata 250ml./herbata czarna, cukier10g/
Wartości odżywcze: E: 2024,6kcal ; Białko ogółem 62,9, T: 67,5g,; W: 299,9; Błonnik 30,8g; kw. tłuszczowe nasycone 24,5g, Sód 3656,3mg	

**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, smarowania, masła, kawy) można odczytać z przekazanych etykiet dostępnych na każdym oddziale.*