



SZPITAL PSYCHIATRYCZNY
Samodzielny Publiczny
Zobowiązany do świadczenia usług zdrowotnej w Węgorzewie

14-04-2026

DŻ.510.29.2026KM

Jadłospis 21.04.2026 – 30.04.2026 r.

Dieta podstawowa- 21.04.2016 r.- wtorek		Dieta łatwostrawna - 21.04.2016 r.- wtorek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2368,7kcal; Białko: 100g; Węglowodany: 341,2g; w tym Cukry: 61,9g; Tłuszcze: 72,8g; NKT: 25,2g; Błonnik: 31,7g; Sód: 2029,7mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2214,4kcal; Białko: 98,1g; Węglowodany: 324,8g; w tym Cukry: 47,8 g; Tłuszcze: 62,1g; NKT: 20,6g; Błonnik: 27,9g; Sód: 2390mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Pieczeń rzymska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Jabłko 6. Kasza manna na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85%, kasza manna (pszenica) 15%)	200ml 150g 10g 75g 80g 300ml 200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko) 5. Jabłko	200ml 150g 10g 75g 80g 200ml
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Żurek (składniki: zakwas żytni 25%, bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 30%, ziemniak 13%, kiełbasa 6%, jaja kurze całe 5%, (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz) 1%) 2. Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (składniki: makaron dwujajeczny 35% (jaja), łopatka wieprzowa mielona 25%, woda 15%, koncentrat pomidorowy 10%, cebula 8%, olej rzepakowy 4%, mąka pszenna typ 550 3%, sól biała 0 %, pieprz czarny 0%, oregano suszone 0%, bazylija suszona 0%) 3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 300g 200ml	1. Zupa grysikowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, kasza manna (pszenica) 20%, ziemniaki 5%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, koper ogrodowy 1%, liść laurowy 0%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%) 2. Makaron z mięsem mielonym i sosem pomidorowym (składniki: makaron dwujajeczny 35% (jaja), łopatka wieprzowa mielona 25%, woda 15%, koncentrat pomidorowy 10%, cebula 8%, olej rzepakowy 4%, mąka pszenna typ 550 3%, sól biała 0 %, pieprz czarny 0%, oregano suszone 0%, bazylija suszona 0%) 3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 150g 150g 80g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Ryba po grecku (duszona) (składniki: morszczuk 45%, marchew 25%, cebula 8%, pietruszka korzeń 5%, seler korzeniowy, 5%, koncentrat pomidorowy, 7%, olej rzepakowy, 3%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz), 2%) 5. Jabłko	250 ml 150g 10g 200g 80g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Ryba po grecku (duszona) (składniki: morszczuk 45%, marchew 25%, cebula 8%, pietruszka korzeń 5%, seler korzeniowy, 5%, koncentrat pomidorowy 7%, olej rzepakowy, 3%, przyprawy (liść laurowy, ziele angielskie, pieprz), 2%) 5. Jabłko	250 ml 150g 10g 200g 80g



Dieta podstawowa- 22.04.2026 r.- środa		Dieta łatwostrawna - 22.04.2026 r.- środa	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2574,3 kcal; Białko: 127g; Węglowodany: 358,1g; w tym Cukry: 64,1g; Tłuszcze: 75,2g; NKT: 31,6g; Błonnik: 29,9g; Sód: 3495 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2373,2 kcal; Białko: 117,3 g; Węglowodany: 321,8g; w tym Cukry: 49,8g; Tłuszcze: 72,8g; NKT: 30,3 g; Błonnik: 27,7g; Sód: 3489mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g	4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
5. Szynka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	5. Szynka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85%, płatki owsiane 15%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, koncentrat pomidorowy 23%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 12% , ryż biały 5%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	300ml	1. Zupa pomidorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, koncentrat pomidorowy 23%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 12% , ryż biały 5%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Schab w sosie własnym (duszony) (składniki: schab bez kości 80%, cebula 5% śmietana 18% tłuszczu (mleko) 5%, olej rzepakowy 5%, mąka pszenna 4%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy) 1%.	150g	3. Schab w sosie własnym (duszony) (składniki: schab bez kości 80%, cebula 5% śmietana 18% tłuszczu (mleko) 5%, olej rzepakowy 5%, mąka pszenna 4%, przyprawy (sól biała, pieprz czarny, ziele angielskie, liść laurowy) 1%.	150g
4. Surówka z białej kapusty (składniki: kapusta biała 81%, marchew 13%, olej rzepakowy 5%, sól biała 0,5%, pieprz czarny mielony 0,5%)	80g	4. Marchew gotowana	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	250 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Salceson	75g	4. Parówki gotowane (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	150g
5. Musztarda	15g	5. Pomidor	80g
6. Papryka	50g		



Dieta podstawowa- 23.04.2026 r.- czwartek		Dieta łatwostrawna - 23.04.2026 r.- czwartek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2192,9 kcal; Białko: 97,6g; Węglowodany: 300,1g; w tym Cukry: 45g; Tłuszcze: 70,9g; NKT: 27,3g; Błonnik: 24,9g; Sód: 4320mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1890,2 kcal; Białko: 91,2 g; Węglowodany: 258,2g; w tym Cukry: 35,6 g; Tłuszcze: 58,8g; NKT: 23,8g; Błonnik: 27,3 g; Sód: 2586mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
726 kcal, białko: 25,6g, tłuszcz: 19,8g, węglowodany: 115,6g			
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g	2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Połędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Połędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Jajko gotowane (zawiera: jaja)	50g	5. Jajko gotowane (zawiera: jaja)	50g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85 %, ryż biały gotowany 15 %)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa kalafiorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, kalafior 25%, ziemniaki 10%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 9 %, śmietana 18% tłuszczu 4% (mleko), koper ogrodowy 1%, sól biała 0% , pieprz czarny mielony 0%, liść laurowy 0%)	300ml	1. Zupa kalafiorowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, kalafior 25%, ziemniaki 10%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 9 %, śmietana 18% tłuszczu 4% (mleko), koper ogrodowy 1%, sól biała 0% , pieprz czarny mielony 0%, liść laurowy 0%)	300ml
2. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Bigos (gotowany) (składniki: kapusta kiszona 50%, kapusta biała 25%, szynka wieprzowa 12%, cebula 5%, koncentrat pomidorowy 3%, olej rzepakowy 2%, kiełbasa 2% przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%)	300g	3. Gulasz drobiowy z warzywami (gotowany) (składniki: mięso z piersi kurczaka 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielony, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, seler korzeniowy), śmietana 30% tłuszczu (mleko) 10%, olej rzepakowy 4%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, majeranek 0%)	160g
4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	4. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	250 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Połędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Połędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek do smarowania (zawiera: mleko)	25g	5. Serek do smarowania (zawiera: mleko)	25g
6. Sałata	20g	6. Sałata	80g



Dieta podstawowa- 24.04.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2430,7 kcal; Białko: 98,9g; Węglowodany: 375,1g; w tym Cukry: 50g; Tłuszcze: 64,5;

NKT: 24,2g; Błonnik: 32g; Sód: 3056mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g
6. Miód	25g
7. Jabłko	80g
8. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85%, płatki owsiane 15%)	300ml

Obiad

Obiad	Gramatura
1. Zupa fasolowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 63 %, fasola biała nasiona suche 14% , mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 13%, ziemniaki 10 %, boczek surowy bez kości (smażony) 4%, liść laurowy 0%, majeranek 0%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%.	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: morszczuk filet bez skóry mrożony 67%, jaja kurze całe 11%, bułka tarta (pszenica) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	90g
4. Surówka z kapusty kiszzonej (składniki: kapusta kiszona 90%, marchew 5%, olej rzepakowy 5% , pieprz czarny mielony 0%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Sałatka ziemniaczana (składniki: ziemniaki 65%, ogórek kiszony 15%, majonez 7% (jaja , gorczyca), jogurt naturalny (mleko) 7%, cebula 4%, koper ogrodowy 2%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%, pieprz czarny 0%)	100g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g

Dieta łatwostrawna - 24.04.2026 r.- piątek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2189,9 kcal; Białko: 83,1 g; Węglowodany: 355,3g; w tym Cukry: 40,8g; Tłuszcze: 53,2g;

NKT: 17,4g; Błonnik: 29g; Sód: 2592mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
5. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g
6. Miód	25g
7. Jabłko	80g

Obiad

Obiad	Gramatura
1. Zupa makaronowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 10%, ziemniaki 4%, pietruszka liście 1%, sól 0% pieprz czarny 0%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet rybny (pieczony) (składniki: morszczuk filet bez skóry mrożony 67%, jaja kurze całe 11%, bułka tarta (pszenica) 17%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%)	90g
4. Warzywa gotowane (składniki: marchew 40%, pietruszka korzeń 30%, seler korzeniowy 30%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml

Kolacja

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Sałatka jarzynowa (składniki: ziemniaki 27%, majonez (jaja , gorczyca) 18%, marchew 16%, groszek zielony 10%, jabłko 8%, pietruszka korzeń 6%, jaja kurze całe 6%, kukurydza konserwowa 5%, seler korzeniowy 3%, sól 0% pieprz 0%.)	100g
5. Szynka z indyka	25g
6. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 25.04.2016 r.- sobota		Dieta łatwostrawna - 25.04.2016 r.- sobota	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2313,4 kcal; Białko: 102,7g; Węglowodany: 313,6g; w tym Cukry: 66,3g; Tłuszcze: 77,1g; NKT: 35,4g; Błonnik: 21,8g; Sód: 4474mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2049,3 kcal; Białko: 86,5g; Węglowodany: 287,9g; w tym Cukry: 54,6g; Tłuszcze: 66,3g; NKT: 30,4g; Błonnik: 21,7g; Sód: 4044mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szynka wędzona (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g
6. Zacierka na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu 86%, mąka pszenna 7%, woda 6%, , jaja kurze całe 1%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa koperkowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 60%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 10%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 6%, koperek 3%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	300ml	1. Zupa koperkowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 60%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 10%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 6%, koperek 3%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	300ml
2. Kasza jęczmienna gotowana	150g	2. Kasza jęczmienna gotowana	150g
3. Rumsztyk wieprzowy (pieczony) (składniki: szynka wieprzowa bez kości 85%, cebula 10%, bułka pszenna 4%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	90g	3. Rumsztyk wieprzowy (pieczony) (składniki: szynka wieprzowa bez kości 85%, cebula 10%, bułka pszenna 4%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)	90g
4. Surówka czerwonej kapusty (składniki: kapusta czerwona 75%, marchew 13%, jabłko 8%, olej rzepakowy 2%, sok z cytryny 1,5%, sól 0,5%)	80g	4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	80g
5. Napój owocowy	200ml	5. Napój owocowy	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)	250 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%,)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g	4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g



Dieta podstawowa- 26.04.2026 r.- niedziela

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2196,8kcal; Białko: 98,9g; Węglowodany: 317,3g; w tym Cukry: 62,6g; Tłuszcze: 82g;

NKT: 23,6g; Błonnik: 21,6g; Sód: 4199 mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
4. Jajecznica (składniki: jaja kurze całe 98%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%)	100g
5. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	25g
6. Jabłko	80g
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85%, płatki owsiane 15%)	300ml

Obiad	Gramatura
1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60 %, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 18% makaron pszenny dwujajeczny 13% (pszenica), pietruszka liście 1%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%, sól biała 0%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet drobiowy mielony (pieczony) (składniki: mięso z piersi kurczaka 70%, bułka pszenna (pszenica) 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 8%, cebula 3%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%, lubczyk suszony 0%)	150g
4. Surówka z buraczków (składniki: burak 95%, cebula 3%, olej rzepakowy 2%)	80g
5. Napój owocowy	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	250ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szynka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek do smarowania (zawiera: mleko)	25g
6. Ogórek konserwowy	80g

Dieta łatwostrawna - 26.04.2026 r.- niedziela

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 1922 kcal; Białko: 85,5g; Węglowodany: 278,8g; w tym Cukry: 50,2g; Tłuszcze: 56,2g;

NKT: 20g; Błonnik: 19,5g; Sód: 4092mg

Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
4. Jajecznica (składniki: jaja kurze całe 98%, olej rzepakowy 2%, sól biała 0%)	100g
5. Polędwica drobiowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	25g
6. Jabłko	80g

Obiad	Gramatura
1. Rosół z makaronem (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60 %, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 18% makaron pszenny dwujajeczny 13% (pszenica), pietruszka liście 1%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%, sól biała 0%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kotlet drobiowy mielony (pieczony) (składniki: mięso z piersi kurczaka 70%, bułka pszenna (pszenica) 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 8%, cebula 3%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%, lubczyk suszony 0%)	150g
4. Surówka z buraczków (składniki: burak 95%, cebula 3%, olej rzepakowy 2%)	80g
5. Napój owocowy	200ml

Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%),	250ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szynka konserwowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	50g
5. Serek do smarowania (zawiera: mleko)	25g
6. Jabłko	80g



Dieta podstawowa- 27.04.2016 r.- poniedziałek		Dieta łatwostrawna - 27.04.2016 r.- poniedziałek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2394,7 kcal; Białko: 84,6g; Węglowodany: 370,2g; w tym Cukry: 69g; Tłuszcze: 68,6g; NKT: 24,3g; Błonnik: 21,3g; Sód: 1970mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1931,2kcal; Białko: 66,2g; Węglowodany: 290,1g; w tym Cukry: 54,6g; Tłuszcze: 60,2g; NKT: 20,8g; Błonnik: 27,8g; Sód: 1849mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto) 3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica) 4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%) 6. Jabłko 7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 85%, płatki owsiane 15%)	200ml 150g 80g 10g 83g 80g 300ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%), 2. Chleb mieszany (zawiera: pszenica, żyto) 3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica) 4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%) 6. Jabłko	200ml 150g 80g 10g 83g 80g
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa buraczkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, buraki 20%, ziemniaki 12%, warzywa (marchew, pietruszka, seler korzeniowy, por) 7%, cebula 3%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 2%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%) 2. Pyzy ziemniaczane w sosie z warzywami (składniki: ziemniaki 38 %, mąka pszenna 10%, marchew 10 %, olej rzepakowy 10%, cebula 8 %, seler korzeniowy 4 %, pietruszka korzeń 3 %, jaja kurze całe 4 %, woda 2 %, liść laurowy 0,5%, ziele angielskie 0,5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%) 3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 250g 200ml	1. Zupa buraczkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 55%, buraki 20%, ziemniaki 12%, warzywa (marchew, pietruszka, seler korzeniowy, por) 7%, cebula 3%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 2%, przyprawy (sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) 1%) 2. Pyzy ziemniaczane w sosie z warzywami (składniki: ziemniaki 38 %, mąka pszenna 10 %, marchew 10 %, olej rzepakowy 10%, cebula 8 %, seler korzeniowy 4 %, pietruszka korzeń 3 %, jaja kurze całe 4 %, woda 2 %, liść laurowy 0,5%, ziele angielskie 0,5%, pieprz czarny mielony 0%, sól biała 0%) 3. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	300ml 250g 200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Ryż z jabłkami i cynamonem (składniki: mleko spożywcze 2 % tłuszczu 53%, ryż biały 19 %, jabłko 27 %, cynamon 1%) 5. Schab parzony 6. Pomidor	250 ml 150g 10g 100g 25g 80g	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%) 2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica) 3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko) 4. Ryż z jabłkami i cynamonem (składniki: mleko spożywcze 2 % tłuszczu 53 %, ryż biały 19 %, jabłko 27 %, cynamon 1%) 5. Schab parzony 6. Pomidor	250 ml 150g 10g 100g 25g 80g



Dieta podstawowa- 28.04.2016 r.- wtorek		Dieta łatwostrawna - 28.04.2016 r.- wtorek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2390,1,kcal; Białko: 104,1g; Węglowodany: 357,2g; w tym Cukry: 84,7g; Tłuszcze: 64,1g; NKT: 23,1g; Błonnik: 26,8g; Sód: 2675mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2269,8 kcal; Białko: 95,9g; Węglowodany: 349g; w tym Cukry: 71,6 g; Tłuszcze: 58,1g; NKT: 19,7g; Błonnik: 26,6g; Sód: 2364mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	4. Polędwica sopocka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Makaron na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 90 %, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 10 %)	300ml	6. Kisiel (składniki: woda 81%, kisel w proszku 19%)	200ml
7. Kisiel (składniki: woda 81%, kisel w proszku 19%)	200ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Zupa ogórkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 63%, ziemniaki 18%, ogórki kiszzone 8%, (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 7%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 2%, koper świeży 1%, sól 0%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%, pieprz czarny 0%)	300ml	1. Zupa makaronowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 10%, ziemniaki 4%, pietruszka liście 1%, sól 0% pieprz czarny 0%)	300ml
2. Kasza gryczana	150g	2. Kasza gryczana	150g
3. Pieczeń rzymska (składniki: szynka wieprzowa 67%, bułki pszenne zwykłe (pszenica) 13%, jaja kurze całe 10%, bułka tarta (pszenica) 10%, sól biała 0%	90g	3. Pieczeń rzymska (składniki: szynka wieprzowa 67%, bułki pszenne zwykłe (pszenica) 13%, jaja kurze całe 10%, bułka tarta (pszenica) 10%, sól biała 0%	90g
4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	80g	4. Surówka z marchewki i jabłka (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	250 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Szprot w pomidorach (zawiera: ryby)	160g	6. Szprot w pomidorach (zawiera: ryby)	160g
5. Gruszka	80g	4. Gruszka	80g



Dieta podstawowa- 29.04.2026 r.- środa		Dieta łatwostrawna - 29.04.2026 r.- środa	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2460,5kcal; Białko: 112,6g; Węglowodany: 348,7g; w tym Cukry: 51,3g; Tłuszcze: 72,4g; NKT: 30,8g; Błonnik: 28,7g; Sód: 3614 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2434 kcal; Białko: 109,1 g; Węglowodany: 326,6 g; w tym Cukry: 38,4g; Tłuszcze: 80,8g; NKT: 32,2 g; Błonnik: 28,4g; Sód: 3560mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml	1. Kakao naturalne na mleku 2% (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 98%, cukier 1%, kakao 16% proszek 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g	4. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
5. Szyńka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g	5. Szyńka z indyka (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	75g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g
7. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
1. Krupnik (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 16%, kasza jęczmienna 9%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 7%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%, pieprz czarny 0%, pietruszka liści 0%.	300ml	1. Krupnik (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 16%, kasza jęczmienna 9%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 7%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 3%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%, pieprz czarny 0%, pietruszka liści 0%.	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Kurczak duszony (składniki: mięso z uda z kurczaka 100%, sól biała 0%, pieprz czarny 0%)	160g	3. Kurczak duszony (składniki: mięso z uda z kurczaka 100%, sól biała 0%, pieprz czarny 0%)	160g
4. Warzywa gotowane (marchew 40%, pietruszka 26%, seler korzeniowy 19%, groszek zielony 15%)	80g	4. Warzywa gotowane (marchew 40%, pietruszka 26%, seler korzeniowy 19%, groszek zielony 15%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)	250 ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	250 ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
4. Pasztetowa (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	100g	4. Parówki gotowane (zawiera: soja, seler, gorczyca, mleko)	150g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 30.04.2026 r.- czwartek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 2215,9 kcal; Białko: 109,3g; Węglowodany: 309,1g; w tym Cukry: 43g; Tłuszcze: 65,3g;

NKT: 28,5g; Błonnik: 33,4g; Sód: 3181mg

Śniadanie

Gramatura

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
2. Chleb mieszany (zawiera: **pszenica, żyto**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Polędwica sopocka (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Papryka
6. Płatki owsiane na mleku (składniki: **mleko** spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki **owsiane** 13%)

200ml
150g
10g
75g
50g
300ml

Obiad

Gramatura

1. Grochówka (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 65%, groch suchy łuskany 14%, ziemniaki 9%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, **seler korzeniowy**) 8%, boczek surowy bez kości (smażony) 4%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0% majeranek suszony 0 %, pieprz czarny 0%, sól biała 0%)
2. Ziemniaki gotowane
3. Pulpet wieprzowy (gotowany) (składniki: łopatka wieprzowa mielona 80 %, **jaja** kurze całe 9%, bułka pszenna (**pszenica**) 5 %, cebula 4 %, woda 2%, sól biała, pieprz czarny mielony 0%).
4. Marchewka z groszkiem duszona (składniki: marchew 80%, groszek 19%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)

300ml
150g
90g
80g
200ml

Kolacja

Gramatura

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Ser twardy (zawiera: **mleko**)
6. Sałata

250 ml
150g
10g
50g
25g
20g

Dieta łatwostrawna - 30.04.2026 r.- czwartek

Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety:

Wartość energetyczna: 1885 kcal; Białko: 90,2 g; Węglowodany: 259,4g; w tym Cukry: 28,9 g; Tłuszcze: 56,9g;

NKT: 25,6g; Błonnik: 25,2 g; Sód: 2998mg

Śniadanie

Gramatura

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, herbata czarna 1%, cukier 1%)
2. Chleb mieszany (zawiera: **pszenica, żyto**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Polędwica sopocka (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Pomidor

200ml
150g
10g
75g
80g

Obiad

Gramatura

1. Zupa zacierkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 60%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, **seler korzeniowy**) 16% ziemniaki 15%, mąka **pszenna 6%, jaja** kurze całe 2%, koper ogrodowy 1%)
2. Ziemniaki gotowane
3. Pulpet wieprzowy (gotowany) (składniki: łopatka wieprzowa mielona 80 %, **jaja** kurze całe 9%, bułka pszenna (**pszenica**) 5 %, cebula 4 %, woda 2%, sól biała, pieprz czarny mielony 0%).
4. Marchewka z groszkiem duszona (składniki: marchew 80%, groszek 19%, przyprawy (sól, pieprz) 1%)
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 68%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 2%)

300ml
150g
90g
80g
200ml

Kolacja

Gramatura

1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)
2. Chleb pszenny (zawiera: **pszenica**)
3. Masło prawdziwe 82% (zawiera: **mleko**)
4. Kiełbasa krotoszyńska (zawiera: **soja, seler, gorczyca, mleko**)
5. Ser twardy (zawiera: **mleko**)
6. Sałata

250 ml
150g
10g
50g
25g
20g



**SZPITAL PSYCHIATRYCZNY
W WĘGORZEWIE**

Dieta podstawowa:

Średnia podaż kalorii:	2355,7 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	103,5 g/d (17,6% energii)
Średnia podaż tłuszczu	69,2g/d (26,4% energii)
Średnia podaż węglowodanów	340,2g/d (56% energii)
Średnia zawartość NKT	27,3g/d
Średnia zawartość cukrów	60,1g/d

Dieta łatwostrawna:

Średnia podaż kalorii:	2172,6 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	92,8 g/d (17,1% energii)
Średnia podaż tłuszczu	62,9g/d (26,1 % energii)
Średnia podaż węglowodanów	311,2g/d (56,8% energii)
Średnia zawartość NKT	24,2g/d
Średnia zawartość cukrów	47,3g/d

Opracował: Dietetyk Karolina Golińska ul. Turystyczna 4, 11-600 Węgorzewo NIP: 8451998913, REGON 520403534 tel: 505 033 072	Weryfikacja organizacyjno-ekonomiczna: Zastępca Dyrektora ds. Inwestycyjno - technicznych mgr inż. Maciej Zmitrowicz Kierownik Działu Żywności mgr Katarzyna MAŚLIJ	Zatwierdził: DYREKTOR Szpitala Psychiatrycznego SP ZOZ w Węgorzewie mgr Agnieszka Szałko
--	--	---

15 KWI. 2026

