



SZPITAL PSYCHIATRYCZNY
W WĘGORZEWIE

SZPITAL PSYCHIATRYCZNY
Samodzielny Publiczny
Węgorzewo
0-03-2026

DŻ.510.24.2026.KM

3425

Jadłospis 01.04.2026 – 10.04.2026

Dieta podstawowa- 01.04.2016 r.- środa		Dieta łatwostrawna- 01.04.2016 r.- środa	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2962 kcal; Białko: 126,3 g; Węglowodany: 381 g; w tym Cukry: 67,8g; Tłuszcze: 107,6g; NKT: 42,5g; Błonnik: 29,4g; Sód: 4124 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2479,4 kcal; Białko: 118,4g; Węglowodany: 331,7g; w tym Cukry: 46g; Tłuszcze: 79,8g; NKT: 33g; Błonnik: 27,9g; Sód: 3851mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1173 kcal, białko: 51,4g, tłuszcz: 29,4g, węglowodany: 180,1g		949 kcal, białko: 40,3g, tłuszcz: 24,2g, węglowodany: 146,3g	
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. Kiełbasa krotoszyńska	75g	5. Kiełbasa krotoszyńska	75g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g
7. Makaron na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 90%, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 10%)	300 ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
775 kcal, białko: 41,1g, tłuszcz: 20,9g, węglowodany: 108,3g		641 kcal, białko: 48g, tłuszcz: 11,4g, węglowodany: 89,5g	
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. Kotlet schabowy (smażony) (składniki: schab wieprzowy bez kości, 66%, bułka tarta 15% (pszenica), jaja kurze całe 10%, mąka pszenna typ 550 5%, smalec 4%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%)	140g	3. Schab duszony w sosie własnym (składniki: schab wieprzowy bez kości 85%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 10%, cebula 5%, liść laurowy 0%, ziele angielskie 0%)	140g
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. Warzywa duszone (składniki: marchew 40%, pietruszka korzeń 30%, seler korzeniowy 30%)	200ml
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
994 kcal, białko: 33,5g, tłuszcz: 57,3g, węglowodany: 92,6g		888 kcal, białko: 30,1g, tłuszcz: 44,2g, węglowodany: 96,1g	
1. Herbata czarna (składniki: Woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Kaszanka pieczona z cebulą (składniki: kaszanka (pszenica) 90%, cebula 10%)	150g	4. Parówki gotowane	150g
5. Pomidor	80g	5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 02.04.2016 r.- czwartek		Dieta łatwostrawna - 02.04.2016 r.- czwartek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2284,7 kcal; Białko:96,9 g; Węglowodany: 323,5g; w tym Cukry: 58,1g; Tłuszcze: 71,4g; NKT: 29,6g; Błonnik: 28,7g; Sód: 2735mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1976,6 kcal; Białko: 84g; Węglowodany: 285g; w tym Cukry: 46,8g; Tłuszcze: 59,9g; NKT: 26,2g; Błonnik: 27g; Sód: 2671mg	
Śniadanie 794 kcal, białko: 31,6g, tłuszcz: 21g, węglowodany: 123,5g	Gramatura	Śniadanie 610 kcal, białko: 21,9g, tłuszcz: 15,8g, węglowodany: 98,6g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Serek kanapkowy	50g	4. Serek kanapkowy	50g
5. Szynka konserwowa	25g	5. Szynka konserwowa	25g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	300ml		
Obiad 805kcal, białko: 37,1g, tłuszcz: 27,8, węglowodany: 103,6g	Gramatura	Obiad 743kcal, białko: 32,6g, tłuszcz: 26,4g, węglowodany: 96,5g	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	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. Kasza gryczana gotowana	150g	2. Kasza gryczana gotowana	150g
3. Klopsik w sosie (pieczony) (składniki: łopatka wieprzowa mielona 70%, bułka tarta (pszenica) 10%, woda 8%, jaja kurze całe 7%, cebula 5%, mąka pszenna typ 550 1%, sól 0%, pieprz czarny 0%)	110g	3. Klopsik w sosie (pieczony) (składniki: łopatka wieprzowa mielona 70%, bułka tarta (pszenica) 10%, woda 8%, jaja kurze całe 7%, cebula 5%, mąka pszenna typ 550 1%, sól 0%, pieprz czarny 0%)	110g
4. Surówka z buraczków 80g (składniki: burak 95%, cebula 3%, olej rzepakowy 2%)	80g	4. Surówka z buraczków 80g (składniki: burak 95%, cebula 3%, olej rzepakowy 2%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja 685 kcal, białko: 28,2g, tłuszcz: 22,6g, węglowodany: 96,4g	Gramatura	Kolacja 622 kcal, białko: 29,5g, tłuszcz: 17,7g, węglowodany: 89,9g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Pieczeń rzymska	50g	4. Szynka z indyka	50g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 03.04.2016 r.- piątek		Dieta łatwostrawna - 03.04.2016 r.- piątek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2363,3 kcal; Białko: 80,8g; Węglowodany: 352,7g; w tym Cukry: 57,9g; Tłuszcz: 74,2g; NKT: 22,6g; Błonnik: 29,4g; Sód: 3355mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2090 kcal; Białko: 67,8g; Węglowodany: 314,4 g; w tym Cukry: 47g; Tłuszcz: 66,2g; NKT: 19g; Błonnik: 26,7g; Sód: 2275mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
979 kcal, białko: 40,5g, tłuszcz: 22,2g, węglowodany: 159g		699 kcal, białko: 27g, tłuszcz: 14,2g, węglowodany: 119,2g	
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g	4. Twaróg (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 90%, mleko spożywcze 2% tłuszczu (mleko) 10%)	80g
5. Miód	25g	5. Miód	25g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
696 kcal, białko: 18,9g, tłuszcz: 28,7g, węglowodany: 91,6g		696 kcal, białko: 18,9g, tłuszcz: 28,7g, węglowodany: 91,6g	
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%)	300ml	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%)	300ml
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%)	250g	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%)	250g
3. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	3. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
689 kcal, białko: 21,4g, tłuszcz: 23,3g, węglowodany: 102,1g		654 kcal, białko: 21,9g, tłuszcz: 23,3g, węglowodany: 103,6g	
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Pasta z makreli z ziemniakami (składniki: ziemniaki 57%, makreła wędzona 30%, majonez (jaja , gorczyca) 10%, koperek 3%)	100g	4. Pasta z makreli z ziemniakami (składniki: ziemniaki 57%, makreła wędzona 30%, majonez (jaja , gorczyca) 10%, koperek 3%)	100g
5. Ogórek kiszony	80g	5. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 04.04.2016 r.- sobota		Dieta łatwostrawna - 04.04.2016 r.- sobota	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2433,2 kcal; Białko: 92,5g; Węglowodany: 368,5g; w tym Cukry: 67,6g; Tłuszcz: 71,1g; NKT: 26,9g; Błonnik: 34,6g; Sód: 4166mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2074,9 kcal; Białko: 80,8g; Węglowodany: 311,8g; w tym Cukry: 56,8g; Tłuszcz: 61g; NKT: 23,1g; Błonnik: 31,7g; Sód: 2867mg	
Śniadanie 1132 kcal, białko: 42,1g, tłuszcz: 34,9g, węglowodany: 167,6g	Gramatura	Śniadanie 807 kcal, białko: 29,9g, tłuszcz: 28,8g, węglowodany: 110,8g	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. Sałatka rybna	100g	4. Sałatka rybna	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Płatki kukurydziane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 80%, płatki kukurydziane 20%)	300ml		200ml
Obiad 598 kcal, białko: 26,1g, tłuszcz: 17,9g, węglowodany: 86g	Gramatura	Obiad 563 kcal, białko: 26,6g, tłuszcz: 13,9g, węglowodany: 86,1g	Gramatura
1. Zupa jarzynowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 14%, kalafior 3%, brokuły 3%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4%, pietruszka liście 1%, Koper ogrodowy 0%)	300ml	1. Zupa jarzynowa (składniki: bulion drobiowy (na wywarze z porcji rosółowej) 65%, ziemniaki 20%, warzywa (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por) 14%, kalafior 3%, brokuły 3%, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4%, pietruszka liście 1%, Koper ogrodowy 0%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	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	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 kiszonej (składniki: kapusta kiszona 90%, marchew 5%, olej rzepakowy 5%, pieprz czarny mielony 0%)	80g	4. Kalafior gotowany	80g
5. Napój owocowy	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja 703 kcal, białko: 24,3g, tłuszcz: 18,3g, węglowodany: 114,9g	Gramatura	Kolacja 703 kcal, białko: 24,3g, tłuszcz: 18,3g, węglowodany: 114,9g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Ryż z jabłkami i cynamonem (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 53%, ryż biały 19%, jabłko 27%, cynamon 1%)	100g	4. Ryż z jabłkami i cynamonem (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 53%, ryż biały 19%, jabłko 27%, cynamon 1%)	50g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g



Dieta podstawowa- 05.04.2026 r.- niedziela		Dieta łatwostrawna - 05.04.2026 r.- niedziela	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2630,1kcal; Białko: 111,6g; Węglowodany: 343,1g; w tym Cukry: 70,6g; Tłuszcze: 94,5g; NKT: 22,9g; Błonnik: 20,2g; Sód: 3956 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2624,1 kcal; Białko: 111,4g; Węglowodany: 341,5g; w tym Cukry: 69,5g; Tłuszcze: 94,5g; NKT: 22,8g; Błonnik: 19,9g; Sód: 3950mg	
Śniadanie 1141 kcal, białko: 44,2g, tłuszcz: 50,9g, węglowodany: 129,6g	Gramatura	Śniadanie 1135 kcal, białko: 44g, tłuszcz: 50,9g, węglowodany: 128,1g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 90%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 90%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml
2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g	2. Chleb pszenny (zawiera: pszenica)	150g
3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g	3. Masło prawdziwe (zawiera: mleko)	10g
4. Jajka na miękko (zawiera: jaja)	100g	4. Jajka na miękko (zawiera: jaja)	100g
5. Biała kielbasa	100g	5. Biała kielbasa	100g
6. Ćwikła/ chrzan	15g/15g	6. Ciasto biszkoptowe z owocami (składniki: mąka pszenna 28 %, jaja kurze całe 26 % %, cukier 18%, jabłko 15 %, olej rzepakowy 8 %, woda 3 %, proszek do pieczenia 1 % (pszenica), cukier wanilinowy 0,5 %, cynamon 0,5 %)	100g
7. Ciasto biszkoptowe z owocami (składniki: mąka pszenna 28 %, jaja kurze całe 26 %, cukier 18%, jabłko 15 %, olej rzepakowy 8 %, woda 3 %, proszek do pieczenia 1 % (pszenica), cukier wanilinowy 0,5 %, cynamon 0,5 %)	100g		
Obiad 581 kcal, białko: 29,7g, tłuszcz: 14,5g, węglowodany: 86,9g	Gramatura	Obiad 581 kcal, białko: 29,7g, tłuszcz: 14,5g, węglowodany: 86,9g	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	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	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%)	90g	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%)	90g
4. Surówka z marchewki i jabłka 80 g (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	80g	4. Surówka z marchewki i jabłka 80 g (marchew 60 %, jabłko 35 %, śmietana 18% tłuszczu (mleko) 4 %, sok z cytryny)	80g
5. Napój owocowy	200ml	5. Napój owocowy	200ml
Kolacja 908 kcal, białko: 37,7g, tłuszcz: 29,1g, węglowodany: 126,6g	Gramatura	Kolacja 908 kcal, białko: 37,7g, tłuszcz: 29,1g, węglowodany: 126,6g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	250ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	250ml
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. Schab parzony	75g	4. Schab parzony	75g
5. Jajko na miękko (zawiera: jaja)	50g	5. Jajko na miękko (zawiera: jaja)	50g
6. Ciasto biszkoptowe z owocami (składniki: mąka pszenna 28 %, jaja kurze całe 26 %, cukier 18%, jabłko 15 %, olej rzepakowy 8 %, woda 3 %, proszek do pieczenia 1 % (pszenica), cukier wanilinowy 0,5 %, cynamon 0,5 %)	100g	6. Ciasto biszkoptowe z owocami (składniki: mąka pszenna 28 %, jaja kurze całe 26 %, cukier 18%, jabłko 15 %, olej rzepakowy 8 %, woda 3 %, proszek do pieczenia 1 % (pszenica), cukier wanilinowy 0,5 %, cynamon 0,5 %)	100g



Dieta podstawowa- 06.04.2016 r.- poniedziałek		Dieta łatwostrawna - 06.04.2016 r.- poniedziałek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2967kcal; Białko: 123,8g; Węglowodany: 412g; w tym Cukry: 127,2g; Tłuszcze: 96,3g; NKT: 27g; Błonnik: 31,1g; Sód: 3391mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2967kcal; Białko: 123,8g; Węglowodany: 412g; w tym Cukry: 127,2g; Tłuszcze: 96,3g; NKT: 27g; Błonnik: 31,1g; Sód: 3391mg	
Śniadanie 1238 kcal, białko: 51,4g, tłuszcz: 42,8g, węglowodany: 164,9g	Gramatura	Śniadanie 1238 kcal, białko: 51,4g, tłuszcz: 42,8g, węglowodany: 164,9g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Szynka wędzona	75g	4. Szynka wędzona	75g
5. Jajka na miękko (zawiera: jaja)	100g	5. Jajka na miękko (zawiera: jaja)	100g
6. Majonez (zawiera: jaja, gorczyca)	20g	6. Ciasto – babka (składniki: mąka pszenna 30%, skrobia ziemniaczana 20%, cukier 20%, masło 15%, jaja kurze całe 14%, proszek do pieczenia (pszenica) 1%)	20g
7. Ciasto – babka (składniki: mąka pszenna 30%, skrobia ziemniaczana 20%, cukier 20%, masło 15%, jaja kurze całe 14%, proszek do pieczenia (pszenica) 1%)	100g		100g
Obiad 706 kcal, białko: 40g, tłuszcz: 28,4g, węglowodany: 76,2g	Gramatura	Obiad 706 kcal, białko: 40g, tłuszcz: 28,4g, węglowodany: 76,2g	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%)	300ml	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%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Schab w sosie własnym (duszony) 150g (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) 150g (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 buraczków 80g (składniki: burak 95%, cebula 3%, olej rzepakowy 2%)	80g	4. Surówka z buraczków 80g (składniki: burak 95%, cebula 3%, olej rzepakowy 2%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja 1022,8 kcal, białko: 32,4g, tłuszcz: 25,1g, węglowodany: 170,9g	Gramatura	Kolacja 1022,8 kcal, białko: 32,4g, tłuszcz: 25,1g, węglowodany: 170,9g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. 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	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. Szynka konserwowa	50g	5. Szynka konserwowa	50g
6. Ciasto – babka (składniki: mąka pszenna 30%, skrobia ziemniaczana 20%, cukier 20%, masło 15%, jaja kurze całe 14%, proszek do pieczenia (pszenica) 1%)	100g	6. Ciasto – babka (składniki: mąka pszenna 30%, skrobia ziemniaczana 20%, cukier 20%, masło 15%, jaja kurze całe 14%, proszek do pieczenia (pszenica) 1%)	100g



Dieta podstawowa- 07.04.2016 r.- wtorek		Dieta łatwostrawna - 07.04.2016 r.- wtorek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2045,4kcal; Białko: 88g; Węglowodany: 310,2g; w tym Cukry: 46,8g; Tłuszcze: 53,4g; NKT: 23,1g; Błonnik: 23,5g; Sód: 3032 mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 1953,9kcal; Białko: 879,3g; Węglowodany: 310,1g; w tym Cukry: 34,4 g; Tłuszcze: 47,2g; NKT: 19,5g; Błonnik: 23,5g; Sód: 2726mg	
Śniadanie 820 kcal, białko: 40,9g, tłuszcz: 19,3g, węglowodany: 124,3g	Gramatura	Śniadanie 615 kcal, białko: 29,7g, tłuszcz: 13,6g, węglowodany: 96,2g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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	75g	4. Polędwica sopocka	75g
5. Jabłko	80g	5. Jabłko	80g
6. Zacierka na mleku (składniki: mleko 2% tłuszczu 86%, mąka pszenna 7%, woda 6%, , jaja kurze całe 1%)	300ml		
Obiad 623 kcal, białko: 17,9g, tłuszcz: 16,4g, węglowodany: 101g	Gramatura	Obiad 734 kcal, białko: 20,4g, tłuszcz: 15,8g, węglowodany: 128,3g	Gramatura
1. Zupa ogórkowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 63%, ziemniaki 18%, ogórki kiszane 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 ryżowa (składniki: bulion drobiowy (wywar z porcji rosółowej) 70%, ryż biały 15%, mieszanka warzyw (marchew, pietruszka korzeń, por, seler korzeniowy) 14%, pietruszka liście 1%, sól 0% pieprz czarny 0%)	300ml
2. Kopytka gotowane z okrasą z cebuli (smażone) (ziemniaki 67%, skrobia ziemniaczana 10%, cebula 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 5%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%)	200g	2. Kopytka gotowane z okrasą z cebuli (smażone) (ziemniaki 67%, skrobia ziemniaczana 10%, cebula 10%, jaja kurze całe 8%, olej rzepakowy 5%, sól biała 0%, pieprz czarny mielony 0%)	200g
3. Kompot z owoców mrożonych 200 ml (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	3. Kompot z owoców mrożonych 200 ml (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja 603 kcal, białko: 29,2g, tłuszcz: 17,7g, węglowodany: 84,9g	Gramatura	Kolacja 603 kcal, białko: 29,2g, tłuszcz: 17,8g, węglowodany: 84,9g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Szyńka z indyka	50g	4. Szyńka z indyka	50g
5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g	5. Ser twardy (zawiera: mleko)	25g
6. Papryka	50g	6. Pomidor	50g



Dieta podstawowa- 08.04.2026 r.- środa		Dieta łatwostrawna - 08.04.2026 r.- środa	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2530,6 kcal; Białko: 110,8g; Węglowodany: 363,7g; w tym Cukry: 69,1g; Tłuszcze: 66,9g; NKT: 31,1g; Błonnik: 28g; Sód: 3584mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2346,8 kcal; Białko: 101,1 g; Węglowodany: 338,8 g; w tym Cukry: 56,6g; Tłuszcze: 69,1g; NKT: 28,1 g; Błonnik: 27,6g; Sód: 3468mg	
Śniadanie 1165 kcal, białko: 51,6g, tłuszcz: 30,6g, węglowodany: 175,4g	Gramatura	Śniadanie 981 kcal, białko: 41,9g, tłuszcz: 25,4g, węglowodany: 150,5g	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. Pasta kanapkowa z wędliny (składniki: wędliny wieprzowe i drobiowe (schab parzony, szynka konserwowa, szynka wędzona) 70%, majonez (jaja, gorczyca) 10%, ogórek kiszony 9%, koperek 1%)	100g	5. Pasta kanapkowa z wędliny (składniki: wędliny wieprzowe i drobiowe (schab parzony, szynka konserwowa, szynka wędzona) 70%, majonez (jaja, gorczyca) 10%, ogórek kiszony 9%, koperek 1%)	100g
6. Pomidor	80g	6. Pomidor	80g
7. Ryż na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87 %, ryż biały gotowany 13 %)	300ml		
Obiad 711 kcal, białko: 29,9g, tłuszcz: 26g, węglowodany: 90,2g	Gramatura	Obiad 711 kcal, białko: 29,9g, tłuszcz: 26g, węglowodany: 90,2g	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. Pulpety w sosie pomidorowym (duszone) (składniki: łopatka wieprzowa 55%, bułka tarta (pszenica) 10%, jaja kurze całe 9%, cebula 9%, koncentrat pomidorowy 8%, mąka pszenna 4%, olej rzepakowy 3%, przyprawy (sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) 2%)	150g	3. Pulpety w sosie pomidorowym (duszone) (składniki: łopatka wieprzowa 55%, bułka tarta (pszenica) 10%, jaja kurze całe 9%, cebula 9%, koncentrat pomidorowy 8%, mąka pszenna 4%, olej rzepakowy 3%, przyprawy (sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) 2%)	150g
4. Kalafior gotowany	80g	4. Kalafior gotowany	80g
5. Kompot z owoców mrożonych 200 ml (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych 200 ml (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja 654 kcal, białko: 29,2g, tłuszcz: 17,7g, węglowodany: 98,1g	Gramatura	Kolacja 654 kcal, białko: 29,2g, tłuszcz: 17,7g, węglowodany: 98,1g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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 drobiowa	50g	4. Połędwica drobiowa	50g
5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g	5. Serek kanapkowy (zawiera: mleko)	25g
6. Gruszka	80g	6. Gruszka	80g



Dieta podstawowa- 09.04.2026 r.- czwartek		Dieta łatwostrawna - 09.04.2026 r.- czwartek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2238,7 kcal; Białko: 98,2g; Węglowodany: 325,4g; w tym Cukry: 64,3g; Tłuszcze: 65,2g; NKT: 24,9g; Błonnik: 32,9g; Sód: 2899mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2020,5 kcal; Białko: 88,3 g; Węglowodany: 291,3g; w tym Cukry: 48,3 g; Tłuszcze: 59,4g; NKT: 21,7g; Błonnik: 26,9 g; Sód: 2897mg	
Śniadanie 944 kcal, białko: 35,5g, tłuszcz: 25,6g, węglowodany: 149,7g	Gramatura	Śniadanie 726 kcal, białko: 25,6g, tłuszcz: 19,8g, węglowodany: 115,6g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 1%)	200ml	1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Pasta z zielonego groszku (składniki: groszek zielony konserwowy 70%, cebula 12%, olej rzepakowy 6%, musztarda (gorczyca) 6%, pietruszka liście 6%, sól biała 0%, pieprz czarny 0%)	100g	4. Sałatka ryżowa (składniki: ryż biały 25%, szynka drobiowa 41%, marchew 14%, kukurydza konserwowa 14%, majonez (jaja, gorczyca) 7% , sól, pieprz czarny 0%)	100g
5. Szynka z indyka	25g	5. Szynka z indyka	25g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Płatki owsiane na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 87%, płatki owsiane 13%)	300ml		
Obiad 677 kcal, białko: 35,2g, tłuszcz: 24,7g, węglowodany: 78,9g	Gramatura	Obiad 677 kcal, białko: 35,2g, tłuszcz: 24,7g, węglowodany: 78,9g	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%)	300ml	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%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	2. Ziemniaki gotowane	150g
3. Gulasz wieprzowy z warzywami (gotowany) (składniki: łopatka wieprzowa 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielona, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, seler korzeniowy), śmietana 18% tłuszczu (mleko) 10%, olej rzepakowy 4%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, majeranek 0%)	150g	3. Gulasz wieprzowy z warzywami (gotowany) (składniki: łopatka wieprzowa 60%, mieszanka warzyw 7-składnikowa 25% (marchew, groszek zielona, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, cebula, seler korzeniowy), śmietana 18% tłuszczu (mleko) 10%, olej rzepakowy 4%, pietruszka liście 1%, sól biała 0%, majeranek 0%)	150g
4. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	4. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja 617 kcal, białko: 27,5g, tłuszcz: 14,9g, węglowodany: 96,8g	Gramatura	Kolacja 617 kcal, białko: 27,5g, tłuszcz: 14,9g, węglowodany: 96,8g	Gramatura
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Szynka konserwowa	75g	4. Szynka konserwowa	75g
5. Sałata	80g	5. Jabłko	80g



Dieta podstawowa- 10.04.2026 r.- piątek		Dieta łatwostrawna - 10.04.2026 r.- piątek	
Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2402,8 kcal; Białko: 103,1g; Węglowodany: 372,2g; w tym Cukry: 54,1g; Tłuszcze: 60,7g; NKT: 21,8g; Błonnik: 33,1g; Sód: 3385mg		Dobowa suma wartości kalorycznej i odżywczej diety: Wartość energetyczna: 2195,3kcal; Białko: 86,2 g; Węglowodany: 361,3g; w tym Cukry: 47,1g; Tłuszcze: 49,1g; NKT: 18,7g; Błonnik: 29,6g; Sód: 2342mg	
Śniadanie	Gramatura	Śniadanie	Gramatura
1063 kcal, białko: 44,6g, tłuszcz: 20,6g, węglowodany: 179,4g		839 kcal, białko: 33,5g, tłuszcz: 15,4g, węglowodany: 145,6g	
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g	3. Bułka pszenna (zawiera: pszenica)	80g
4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g	4. Masło prawdziwe 82% (zawiera: mleko)	10g
5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g	5. Twaróg ze szczypiorkiem (składniki: ser twarogowy półtłusty (mleko) 88%, mleko spożywcze 2% tłuszczu 10%, szczypiorek 2%)	83g
6. Jabłko	80g	6. Jabłko	80g
7. Makaron na mleku (składniki: mleko spożywcze 2% tłuszczu 50 %, woda 40%, makaron pszenny dwujajeczny (pszenica) 10 %)	300ml		
Obiad	Gramatura	Obiad	Gramatura
686 kcal, białko: 25,2g, tłuszcz: 17,7g, węglowodany: 100,5g		702 kcal, białko: 29,4g, tłuszcz: 11,3g, węglowodany: 123,4g	
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%)	300ml	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%)	300ml
2. Ziemniaki gotowane	150g	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	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 ogórków kiszonych 80g (składniki: górek kiszony 86%, cebula 10%, olej rzepakowy 4%, pieprz czarny mielony 0%)	80g	4. Warzywa gotowane (składniki: marchew 40%, pietruszka korzeń 30%, seler korzeniowy 30%)	80g
5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml	5. Kompot z owoców mrożonych (woda 65%, owoce mrożone: jabłko, wiśnia, porzeczka 30%, cukier 5%)	200ml
Kolacja	Gramatura	Kolacja	Gramatura
654 kcal, białko: 23,3g, tłuszcz: 22,4g, węglowodany: 92,3g		654 kcal, białko: 23,3g, tłuszcz: 22,4g, węglowodany: 92,3g	
1. Herbata czarna (składniki: woda 98%, cukier 1%, herbata czarna 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. Pasta jajeczna z marchewką (składniki: jaja kurze całe 70%, jogurt naturalny 15%, marchew 10%, olej rzepakowy 4%, koper 1%, sól biała, pieprz czarny)	100g	4. Pasta jajeczna z marchewką (składniki: jaja kurze całe 70%, jogurt naturalny 15%, marchew 10%, olej rzepakowy 4%, koper 1%, sól biała, pieprz czarny)	100g
5. Ogórek konserwowy	80g	5. Ogórek konserwowy	80g



Dieta podstawowa:

Średnia podaż kalorii:	2481 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	103,3 g/d (16,7% energii)
Średnia podaż tłuszczu	76,3g/d (27,6% energii)
Średnia podaż węglowodanów	355,3g/d (55,7% energii)
Średnia zawartość NKT	26,2g/d
Średnia zawartość cukrów	62,8g/d

Dieta łatwostrawna:

Średnia podaż kalorii:	2262 kcal/d – jadłospis pokrywa średnie zapotrzebowanie osoby dorosłej w 100%
Średnia podaż białka	94 g/d (16,6% energii)
Średnia podaż tłuszczu	67,5g/d (26,8% energii)
Średnia podaż węglowodanów	328,9g/d (56,6% energii)
Średnia zawartość NKT	27,2g/d
Średnia zawartość cukrów	68,3g/d

Opracował:	Weryfikacja organizacyjno-ekonomiczna:	Zatwierdził:
Dietetyk Karolina Gołńska ul. Turystyczna 4, 11-600 Węgorzewo NIP: 8451998915, REGON 520403534 tel: 505 033 072	Kierownik Działu Żywności mgr Katarzyna MAŚLIJ Zastępca Dyrektora ds. Inwestycyjno - Technicznych mgr inż. Maciej Zmitrowicz	Szpitala Psychiatrycznego SP ZOZ w Węgorzewie mgr Agnieszka Szalko

